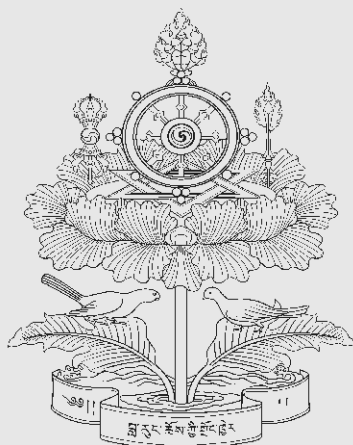


༡༡། །ཚོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་མཆན་གྱིས་འགྲེལ་  
པ་སྟོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
པའི་རུ་མཆོན་སོགས་  
བཞུགས་སོ། །



ཧྲུག་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱུ་མཆོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་པོ་འདི་ཚོས་སྤྱི་ནད་ལུ་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་བསྐྱུར་མི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལྟ།



ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

པོད་བཙུག་ལུ་བའི་

དཀར་ཆག

༥ ལུལ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༣
སྒོ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༡༥
སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༡༧
རྒྱལ་བ་དང་གཞན་སེལ་བརྟག་པའི་	
རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༣༡
བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་བརྟག་པའི་	
རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༥༧
འབྲེལ་བ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༦༥
འགལ་བ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༧༧
མཚན་ཉིད་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༧༩
མངོན་སུམ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༡༡༣

ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

---

རང་དོན་རྗེས་དཔག་བརྟག་པའི་	
རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༡༤༠
གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བརྟག་པའི་	
རབ་ཏུ་བྱེད་པ།	༡༥༣
༥ ཏགས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་	༡༨༤
༥ ཏགས་རིགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་	༢༡༡
རང་གི་མཁས་འཇུག་ལྟར་བྲིས་པ།	༢༡༥
༥ སོ་ཐར་མདོ་ཡི་མཆན་འགྲེལ་ངེས་ལེགས་	
ཐེམ་སྒྲིམ།	༢༢༣

༄༅། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་མཆན་གྱིས་འགྲེལ་བ་  
ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་མཆོད་པའི། དགག་སྐྱབ་རིགས་པའི་གསང་ལམ་གཅིག་པུའི་ཚུལ། །  
མཁུན་པའི་རལ་གྱི་གཅིག་གིས་ཆོས་ཀུན་གྱི། །ཐེ་ཆོམ་བྱ་བ་ཅིག་ཆར་གཙོད་  
མཛད་པ། །འཛིགས་བྲལ་ས་སྐྱའི་འཇམ་མགོན་རྒྱལ་ཡུལ་ཅིག། །འདིར་  
སྡེ་བདུན་མདོ་དང་བཅས་པའི་དགོངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གསལ་བར་བྱེད་  
བ་ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་འདི་ཉིད་འཆད་བ་ལ་མཆན་གྱི་དོན། །གཞུང་གི་  
དོན། །མཇུག་གི་དོན་གསུམ། །དང་པོ། །རྒྱལ་རྒྱལ་དུ། །བྲ་མ་ཆ་ཡུག་ཏུ་འཁྱིལ་  
བོད་རྒྱལ་དུ། །གཞུང་ཆད་མ་སྡེ་བདུན་མདོ་དང་བཅས་པའི་རིགས་པའི་ནོར་  
པུ་རིན་པོ་ཆེ་མ་ལུས་པ་འདུས་པའི་གཏེར། །གཉིས་པ་གཞུང་དོན་ལ། །བསྟན་  
བཅོས་བརྩམ་པའི་ཡན་ལག་ །བརྩམ་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས། །མཇུག་  
ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་བྱ་བ་དང་གསུམ། །དང་པོ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་བ་དང་།  
བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་གཉིས། །དང་པོ་ལ། །ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་མཛད་  
པ། །སྤྲ་མ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བ། །རིགས་པའི་དབང་ཕྱག་གཉིས་ལ་མཆོད་པར་  
བརྗོད་བ་གསུམ། །དང་པོ། །འཛིག་རྟེན་ཉན་རང་བྱང་སེམས་ལལ་བ་དང་

བཅས་པའི་ས་ལས་འབགས་པ་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཉེས་པའི་ཟུག་རྩུབ་པས་  
འདམ་དོན་གཉིས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་དབལ་སྐྱ་གཞོན་རྩུང་གྲུང་པ་ལ་  
གྲུང་པས་ཐུག་འཆལ་ལོ། །

གཉིས་པ། རི་ལྟ་རི་སྟེང་གི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་མེད་ཏུ་གཟིགས་པའི་  
སྐྱོན་ཡངས་པ་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་འདི་དང་གཏན་  
གྱི་དགེ་ལེགས་སྐྱབ་པའི་ཐུགས་རྟེན་བཅེ་བཅེན་པོ་ཅན། སུན་བདེའི་ཆོ་  
འབྲུལ་བསམ་ཡས་པའི་ཐྱིན་ལས་དྲག་བྱབ་རྒྱུ་མི་འཆད་པར་མཛད་པའི་  
སྟོབས་མངའ་བ། འདམ་མགོན་གྱི་དོ་བོ་དབལ་ལྟན་སྒྲུ་མའི་ཞབས་ལ་མགོས་  
ཐུག་འཆལ། གསུམ་པ། དུ་ཁོང་མཆོག་ཏུ་ཟབ་པའི་སྒོ་གྲོས་གྱི་སྒྲིག་འཇུག་  
དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་པའི་དོན་མ་ལུས་པ་གཟིགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནོར་བུའི་  
རྒྱུ་གྱིས་སྒྲས་ཤིང་། བདེན་པ་གཉིས་མ་འདྲས་པར་སྟོན་པའི་རོ་འཛིན་  
གཉིས་མངའ་བ་དང་སྟོང་ཉིད་དང་བདག་མེད་པའི་ཕྱད་སྒྲུའི་སྒྲ་སྒྲོགས་ཤིང་།  
མཁྱེན་བཅེའི་ལྟ་བུའི་ཟེར་ཏེ་བལྟས་པས་འབྲེལ་བ་སོགས་བལྟ་བར་མི་བཟོད་  
པའི་ཟེར་དེ་ནི་སུས་སྐྱེལ་གྱི་སྒྲུ་པོས་མི་བཟོད་པ། རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་གྱི་  
སྒོ་གསལ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱུ་གྲུང་དབལ་ལྟན་སྒྲུ་ཡི་དབང་པོ་ཚྭ་གས་སྤང་དང་  
ཆོས་གྱི་གསལ་པ་རྣམ་གཉིས་རྒྱལ་ཞེས་སྤྱད་བང་རྣམས་སྒྲུལ་ཆེན་པོའི་རྣམ་  
པར་གནས་པ་དང་ཆོས་མཐུན་ལྟས་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་དུ་བུས་པའོ། །  
གཉིས་པ་ལ། བརྒྱམ་པའི་དགོས་པ་དང་། རི་ལྟ་བུ་བརྒྱམ་པའི་ཚུལ་གཉིས།

དང་པོ། གངས་འི་ཁྲོད་འདྲི་རྩལ་དང་ཕྱ་གཙང་དན་གསུམ་སོགས་མཁས་  
པའི་རྒྱ་སྐད་བྱེ་བ་བརྒྱུ། དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གསུང་དབ་  
པ་སྒྲོ་འཆད་ཉན་འབྲེལ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབ་ཏུ་ཁ་བྱེ་བར་མཛད་མོད། ཚུམ་  
པོ་ས་རྒྱ་པ་རྒྱེད་གང་སྒྲོའི་ཉི་འོད་སྤང་བས་མ་ཁྱབ་པ་དེ་སྤྲོད་ཏུ། གཞུང་  
ལྷགས་དགོངས་དོན་མཐར་ཐུག་པའི་གྲོ་སར་སྤྲོད་པོ་གསལ་མ་རྩམ་ཞེས་  
རྒྱ་སྐད་མང་ཡང་བསྒྲུ་བ་ཡོངས་སུ་བྱེས་ནས་དབུས་ཀྱི་ཟེའུ་འབྲུ་གསལ་མི་  
རྩམ་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ། དེས་ན་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་གི་དགོངས་དོན་རི་  
བཞིན་གསལ་མ་རྩམ་པར་མཐོང་ནས་ཚུམ་པ་པོ་བདག་གིས་དཔལ་ཆོས་  
ཀྱི་གྲགས་པའི་བཞེད་གཞུང་རི་ལྟ་བུར། རྒྱུས་རྒྱུངས་དང་ལྷག་པའི་ལྷས་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་སྒྲོ་བྱོས་གསལ་བའི་མིག་གིས་ལེགས་པར་མཐོང་  
ནས། འགལ་འབྲེལ་དབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་ཞིང་ཕྱོགས་ལྷུང་མེད་པའི་  
ཡིད་གཞུ་པོར་གནས་པ་དང་ལེགས་བཤད་དོན་ཏུ་གཉིས་པ་ཡི་གང་ཟག་  
སྐལ་ལྷན་གཞན་ལ་ཀུན་སྒྲོང་གྲགས་འདོད་མེད་པའི་བརྟེ་བའི་བསམ་པས་  
བརྟན་བཅས་འདི་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་ལ། ཤེས་བྱ་སྤྱི་ལོག་ནས་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།  
ཤེས་བྱེད་ཆད་མའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཤེས་  
བྱའི་ཡུལ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ། སྒྲོ་དེས་ཡུལ་རྟོགས་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ་ལ་  
ཡུལ་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ། དོན་བསྟུ་གསུམ། དང་པོ། ཡུལ་གྱི་

མཚན་ནི་དེ་ནི་རང་འདྲིན་གྱི་སྒྲོམ་རྟིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།  
གཞན་ལུགས་དགག་ རང་ལུགས་གཞག་ དེ་ལ་ཕྱོད་པ་སྦྲང་བ་གསུམ།  
དང་པོ་ལ། ཁས་སྒྲང་བརྟེན་པ་དང་། དེ་དགག་པ། བཀག་པའི་མཛུག་བསྟུ་  
གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་པོད་ཁ་ཅིག་སྒྲང་ཡུལ་གཟུང་ཡུལ་དོན་གཅིག་པས།  
དོན་སྒྲིལ་རྟིག་པས་གཟུང་ཡུལ་དང་ནི་མེད་པ་གསལ་སྒྲང་ལྷག་གཉིས་ལྟ་བུ་ནི་  
རྟིག་མེད་ལོག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས། ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཙང་  
ནག་པ་སྐྱོགས་ཀྱི་བཞེད་པ་དེ་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ། སྒྲོ་མ་འབྲུལ་  
བར་ཐལ་བས་དགག་ ཡུལ་སྒྲང་རུང་དུ་ཐལ་བས་དགག་པ་གཉིས། དང་  
པོ་ལ། ཐལ་བ་འཕེན་པ་དང་། དེའི་སྒྲོམ་སྒྲང་གི་ལན་དགག་པ་གཉིས། དང་  
པོ། དེ་མི་འབྲད་དེ་ཡུལ་དེ་གཉིས་རང་འདྲིན་གྱི་ཤེས་པ་རྟིག་པ་དང་མིག་  
ཤེས་གཉིས་པོ་དེ་འབྲུལ་པར་འགལ་ཏེ་གཟུང་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་བུམ་འདྲིན་གྱི་མིག་ཤེས་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། ལན་དང་། དེ་དགག་  
པ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ། སྒྲོམ་མེད་དེ་དེ་གཉིས་ལ་ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་  
ཐག་པ་ལ། སྒྲུལ་འདྲིན་བཞིན་དུ་རྟིག་པ་རང་འབྲུལ་པ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་མེད་  
པས་འབྲུལ་ཤེས་སྟབས་པ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། དེ་མ་ཡིན་ཏེ་ཁྱད་  
འདྲིན་མཛོན་སུམ་ཅམ་ལ་བསམ་ན་ནི་ཡུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་མ་འབྲུལ་ལ།  
ཡུལ་སྒྲུལ་མེད་པས་ན་སྒྲུལ་འདྲིན་འབྲུལ་པ་ཡིན་ཏེ་དེས་ན་ཡུལ་མེད་པ་ལ་  
ཡོད་པར་རྟིག་པའི་ཕྱིར་སྒྲུལ་འདྲིན་འབྲུལ་ཤེས་སྟབས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་སྤང་རུ་བལ་བ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་སྒྲིན་སྤང་གི་ལན་  
 དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། སྤང་ཡུལ་དེ་གཉིས་པོ་ཤེས་པ་ལས། ཐ་དང་  
 རྒྱུར་བའི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡུལ་སྤང་རུ་རུང་བར། གནས་པའི་གང་ཟག་  
 གཞན་གྱིས་ཀྱང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱི་མཐོང་བ་དེར་ཡིད་གཏད་ན་མཐོང་བར་  
 འབྱུང་དགོས་ཏེ་དཔེར་ན་བུམ་པ་དང་ཀ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། སྒྲིན་སྤང་གི་ལན་དང་། དེ་ལན་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ།  
 ཡུལ་དེ་གཉིས་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དང་བའི་དོན་ཉིད་ཡིན་ཡང་དཔེར་ན་ཡུམ་  
 ཀྱི་ནང་། མི་མཐོང་བ་བཞིན་རྒྱུ་འབྱུང་སྤང་གཉིས་པོ་དེའང་མཐོང་མཁན་  
 བདག་རང་ཉིད་ལ་རྟག་རྒྱུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཡུལ་རུང་བར་གནས་པའི་གང་  
 ཟག་གཞན་གྱིས་རྟོགས་པ་མེད་ཅེ་ན། གཉིས་པ་ལ། དཔེ་དགག་པ་དང་། དོན་  
 དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་མི་མཆོངས་ཏེ་ནང་གི་ཡུམ་ནི་ཡུལ་རྒྱུ་རུང་བ་  
 མིན་ཏེ་སྤྱི་བ་པས་ཚོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གཞན་རྒྱུ་མ་ཟད་རང་གིས་ཀྱང་  
 མི་མཐོང་ངོ་། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་སྒྲིན་སྤང་གི་ལན་གྱི་ཁྱད་  
 པར་ནམས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་ཡུལ་ཅན་རང་ཁོ་ན་དང་རྟག་  
 རྒྱུ་འབྲེལ་བས་ན། ཡུལ་གཉིས་པོ་དེའང་གཞན་གྱི་ཡུལ་རྒྱུ་རུང་བ་མིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། འོ་ན་རང་གི་སྒྲོ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ཕྱིར། སྤང་བྱུང་མོང་མིན་པས་  
 ན་རང་རིག་པ་བཞིན་རྒྱུ་བརྟུན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་རྟོགས་པ་འཕམ་གོ་བར་ཡང་  
 མི་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་ལ། ལན་དང་ཡང་ལན་སོགས་ནང་དབྱེ་གསུམ།

དང་པོ། ཁོ་ན་རེ་ཡུལ་སོ་སོ་མིན་ཡང་རང་རང་གི་སྒོ་ངོའི་ཡུལ་དེ་རང་རང་སྒོ་  
 དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། གཅིག་གིས་རང་ཡུལ་དེར་བརྗོད་བས་ཅིག་གོས་  
 གིས་ཀྱང་རང་གི་སྒོ་ངོའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་རྟོགས་སོ་གྲོ་ན། དེ་མི་འཐད་དེ་གང་  
 ཟག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན། གཅིག་མ་ཡིན་པ་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བ་ཡིན་  
 ཕྱིར་ཐུན་མོང་གཅིག་སྒྱུར་ཁེང་གོ་བར་མི་རྒྱས་སོ། །གཉིས་པ། ཁོ་ན་རེ་སྒྲོན་  
 དེ་མེད་དེ་འཆད་ཉན་གྱི་གང་ཟག་སོ་སོ་ལ་ཡོད་པའི། ལུས་པའི་དོན་སྒྱི་ལ་  
 མཆོན་ན་ལྟ་ལྟོ་ལྟོ་ཞུས་ལུས་སོགས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་འདྲ་  
 བས་ན། འདྲ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པ་དེ་ལ། དམིགས་ནས་ཐ་སྐྱོད་སྒྱུར་  
 ཕྱིར་མི་འགལ་ལོ་ཞེན། ལན་དུ་འཆད་ཉན་གྱི་ཡུལ་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་  
 རང་ལ་ཤར་ན་ནི་དེ་རང་ཡུལ་ཐུན་མིན་ཡིན་གྱི་ཐུན་མོང་དུ་འཛིན་མི་སྲིད་  
 དེ་གཞན་ལ་ཤར་བ་རང་ལ་འཆར་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་སྒོ་  
 ལ་མ་ཤར་ན་ནི་དེ་ཉིད་སྒོ་ངོའི་ཡུལ་མིན་བས་ཡན་ཚུན་འདྲ་བར་གཤམ་བ་མི་  
 སྲིད་བས་དོན་རྟོགས་པ་མི་སྲིད་དོ། །དེས་ན་སོ་སོ་ཐ་དད་ཀྱིས་གསུང་བ་  
 ཡི་ཡུལ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་ཅིང་འཛིན་པ་གཤམ་སྲིད་དེ་དགཅིག་གི་སྒོ་ངོའི་དེ་  
 གཅིག་ལ་མི་འཆར་མ་ཤར་ན་འདྲ་བར་གཤམ་བ་འཇུང་མི་སྲིད་དོ། །

གསུམ་པ། ཁོ་ན་རེ་སོ་སོའི་སྒོ་ངོའི་ཡུལ་དེ་དོན་ལ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ཐ་དད་  
 དུ་མ་གཤམ་བར་སོ་སོའི་སྒོ་ངོའི་དེ་དང་ཡུལ་རང་མཆོན་གཅིག་ཏུ། འབྲེལ་བའི་  
 སྒོ་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན། དོན་སྒྱི་ཐུན་མོང་བའི་ཡུལ་གཅིག་མེད་བར་



སོ་སོའི་སྒྲུང་ཆ་ཡིན་པར་མ་ཤེས་ནས་གཅིག་ཏུ་འདྲོན་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་གནས་  
 ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་ལྟུལ་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་སྦྱི་དེ་  
 གཟུང་བའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་མེད་པར་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ། དོན་དེ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པས་བསྟན་  
 པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་ལྟུལ་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་ཡུལ་དེ་གཉིས་  
 ལ་བརྟགས་ན་རྫས་སུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་མཆན་ཉིད་པ་ཞིག་མེད་བཞིན་དུ། ༥་  
 དྲུང་ཕལ་ཆེར་ཡུལ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཞེན་པ་རྣམས་ནི་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་  
 ག་རེ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་སོར་མེའི་ཕྱི་མོས་ནམ་མཁའ་འདིའོ་ཞེས་བསྟན་པ་ན།  
 མཇུབ་མེའི་ཐད་ཀྱི་བར་སྒྲུང་སྟོང་བ་ལ་བརྟགས་ནས་མཐོང་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་  
 བདག་གིས་ནམ་མཁའ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱུན་པོ་རྣམས་ནམ་མཁའ་མཐོང་བར་  
 ལྟུལ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སོ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེ་ལྟར་གཞན་ལུགས་བཀག་ནས་རང་ལུགས་གཞག་  
 ན་ཡུལ་གཞལ་བུ་མཐར་ཐུག་པའམ་མཆན་ཉིད་པ་ནི་རང་མཆན་གཅིག་ཁོ་  
 ན་ཡིན་ཏེ་དེ་དངོས་སུ་འཇལ་ན་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ལ། སྒྲོག་གྱུར་དུ་འཇལ་ན་  
 ཞེན་ཡུལ་དང་། གཉིས་ཀའང་སྦྱེས་བུས་འཇུག་ན་མི་བསྐྱུ་བའི་འཇུག་ཡུལ་  
 ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་རྩོད་སྟོང་ལ། ལྟུལ་ཤེས་ཡུལ་མེད་ལ་རྩོད་པ་སྟོང་བ་  
 དང་། གཟུང་ཡུལ་རང་མཆན་ལ་རྩོད་པ་སྟོང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞལ་  
 བུ་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བའི་རྩོད་སྟོང་། དོན་སྦྱི་དང་མེད་པ་

གསལ་བ་ཡུལ་དུ་མཚུངས་པའི་ཚུངས་སྤྱོད་། མྱོང་བ་དང་འགལ་བའི་ཚུངས་སྤྱོད་།  
 དགག་བ་ཚད་མས་མི་རྟོག་པར་ཐལ་བའི་ཚུངས་སྤྱོད་བཞི། དང་པོ། འོ་ན་དོན་  
 གྱི་ཡུལ་མིན་ན་ཕྱོགས་གྲང་གིས་གཞལ་བའི་ཡུལ་གཉིས་སུ་བཞེད་པས་གནོད་  
 ཅེ་ན། དེ་ནི་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་པས་མིན་གྱི་རང་མཚན་ལ་མངོན་གྲོག་གི་  
 འདུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མཚན་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན་  
 རོ། །གཉིས་པ་ལ། མེད་སྣང་ཡུལ་གསུམ་པར་མི་འགྱུར་བའི་འཐད་པ། དེ་  
 ཡུལ་གཉིས་གང་རུང་དུ་འདུ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། འོ་ན་དོན་གྱི་གཞལ་བུར་  
 གསུངས་པ་ལྟར་མེད་པ་གསལ་སྣང་འད་གཞལ་བུར་མཚུངས་ཤིང་། དེ་  
 མེད་པ་གསལ་བ་ལ་ཡུལ་གྱི་དགོས་པ་དང་རྒྱས་པ་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་བྱིར་  
 གཞལ་བུ་གསུམ་པར་མི་བཞག་གོ། །གཉིས་པ། འོ་ན་དེ་གཉིས་སུ་མི་འདུ་  
 ན་མི་འཐད་ལ་འདུ་ན་གང་དུ་འདུ་ཟེར་ན། གྲུ་གད་སྟོགས་སྣང་བ་ཅམ་པོ་  
 དེ་སྤྱི་དོན་མེད་པར་དེར་སྣང་ཉིད་སྟོ་ཉིད་ཡིན་པས་རང་མཚན་དུ་འདུ་ལ་སྟོ་  
 ལས་ཐ་དད་པའི་བྱི་རོལ་གྱི་སྣར་སྣང་བར་སྟོམ་པ་ནི་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད་  
 དོ། །སྣར་སྣང་དེ་ནི་དངོས་པོར་ཡོད་དམ་འོན་དེ་མེད་ཅེས། རྟོག་པས་  
 དཔྱད་ན་སྣར་སྣང་གི་རྣམ་པ་སྟོ་ལ་གར་བའི་སྤྱི་མཚན་ཡིན་པས་གཞལ་བུ་  
 སུང་གསུམ་པ་མིན་ནོ། །

གསུམ་པ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། དོན་གྱི་དང་མེད་སྣང་དངོས་མེད་གཉིས་པོ་འདི་  
 འདྲིན་པའི་ཡུལ་ཅན་རང་རྟོག་གི་ཉམས་སུ་མྱོང་བས་དངོས་སུ་གྲུབ་པས་དེའི་

ཡུལ་གཉིས་པོ་འདྲ་ཡོད་པར་བྱག་ས་ལ་གྲུབ་པས་ན་མྱོང་བ་དང་འགལ་བ་  
འདིས་དེ་གཉིས་ལ་ཡུལ་མེད་པར་འདོད་པ་འདི་དགག་པའམ་བསལ་བ་ཡིན་  
ནི་ཞེ་ན། འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་ལ་ཡུལ་ཡོད་པ་ལ་ཚད་མས་གཞོད་པས་ན་  
ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་ཡུལ་དུ་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་། གཞུང་རྣམ་དེ་ནི་རང་  
རིག་གིས་ནི་དེ་དག་གི་རྣམ་པ་ཙམ་ཞིག་དངོས་སུ་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ཕྱིར་  
ན་ཡུལ་དེའི་རྣམ་པར་སྣང་བ་ནི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ནི། རང་ཡུལ་  
དངོས་པོར་མེད་པ་ལ་ཡོད་པ་ལྟར་འཛིན་ཕྱིར་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་འབྲུལ་ཤེས་  
ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། དེ་ལྟར་ན་ཡུལ་དགག་པ་དེ་ཚད་མས་མི་རྟོགས་ཏེ་རང་  
མཆན་མིན་པའི་ཡུལ་གཞལ་བྱ་གཞན་མེད་ན། དངོས་མེད་གཞལ་བྱར་བྱེད་  
པ་མི་སྤྲོད་དེ་དེ་ལ་རང་མཆན་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཚད་མས་གཞལ་བ་འགལ་  
ཞེ་ན། དགག་བྱ་ཞིག་བཟུང་ནས་དེ་དངོས་པོར་ཡོད་པའམ་དེ་དངོས་པོར་  
མེད་ཅེས། བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་འགལ་བ་མེད་དེ་བསྐྱབ་བྱ་དང་མ་འབྲེལ་  
བར་དངོས་མེད་ཆིག་རྒྱང་རང་དབང་དུ་གཞལ་བ་ནི་མེད་དོ། །གཉིས་པ་  
གཞུང་ཡུལ་རང་མཆན་ལ་རྩོད་སྤོང་ལ། རྩོད་པ་དགོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་  
གཉིས། དང་པོ། ཡང་འདི་སྣམ་དུ་སྤྱི་ཡི་གཞུང་ཡུལ་ནི་དུག་གི་ཅིག་ཆར་སྐྱར་  
བ་ན་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་ཚོས་གྲགས་སོགས་མ་ཁས་པས་དགག་ཟེན་ལ།  
སྤྱོད་མེད་པའི་ནང་ཤེས་པའི་གཞུང་ཡུལ་ཞིག་ནི་སྤྱོད་ཀྱིས་ལས་ལེན་པའི་སྐབས་

འདྲིར་མི་སྤྲོད་པ། དེས་ན་གཞལ་བྱ་རང་མཚན་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་། མི་  
འཐུང་ཅེས་ནི་འགྲའ་ཞིག་སྟེ། གཉིས་པ་ལ། ལྷགས་ཐ་དད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་  
རྣམ་གཞག་སྦྱིར་བསྟན་པ། དེ་ལས་སྒོའ་དཔོན་གྱི་བཞེད་པ་ངོས་གཟུང་བ།  
དང་པོ། དེ་ལ་གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་སྦྱིར་དབྱེད་དགོས་པས་དེ་དབྱེད་ན་  
འདི་ལྟར་མུ་སྟེགས་ངོ་བོ་ཉིད་རྒྱུར་སྟེ། རོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་ངོ་ཞེས་དང་  
དབང་ལྷག་པས་དབང་ལྷག་གིས་བྱས་པ་དྲང་། གངས་ཅན་པས་གཙོ་བོ་ལས་  
བྱུང་བ་དང་། གཞེགས་ཟུན་པ་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་རྩལ་ལྷན་ལས་བྱུང་ངོ་  
ཞེས་དྲང་། སེམས་ཅམ་པས་རྣམ་རིག་དྲང་དབུ་མ་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཅམ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་གྲུབ་པའི་མཐུང་མི་འདྲ་བ་ཐུང་དང་པོ་དེ་སྐད་དུ་རང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་  
རྣམས་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། བྱི་རོལ་དབྱེད་པ་ན་དོན་རིག་པའི་ཚུལ་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་དེ་  
ཁོན་དབྱེད་པ་ན་རྣམ་རིག་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་ཚུལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་  
བ་གསུམ། དང་པོ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། དེ་སྦྱེའི་ལྷགས་  
དང་། རོད་ཀྱི་ལྷགས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ལས་སྒྲངས་བརྗོད་པ་དང་།  
དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལས་བྱི་རོལ་པའི་ལྷགས་ནི་གཏན་ནས་མི་  
འཐུང་ལ། རང་སྤྲེའི་ནང་ནས་སྒོའ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ཇི་ལྟར་བཞེད་ན།  
ཐ་སྙད་དུ་བྱི་རོལ་ལ་དབྱེད་ཆོམ་དོ་སྟེ་པ་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་ལ་  
དབྱེད་ཆོ་རྣམ་རིག་པ་ལྟར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐ་སྙད་དེ་དག་གི་

རང་བཞིན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པ་དབུ་མས་སྟོན་ཏོ། །དེས་ན་དང་པོ་དོན་  
སྤྱི་ལྷགས་ལ་ཉན་ཐོས་སོགས་མི་འཐད་དེ། བྱེ་སྤྱོད་བ་ན་རེ། བར་ཚོད་པ་  
ཡི་གཟུགས་མཐོང་བ་མིན་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་མིན་ནོ། །དེས་ན་  
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་དེ་ཡང་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་རྟེན་  
བཅས་ཉིད་ཡུལ་ལ་ལྟ་བུར་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་དོ་ལོ། །གཉིས་པ། དེ་མི་  
འཐད་དེ་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་བཅུ་པོ་ཡིན་ཕྱིར་ལྟ་བུར་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་  
ལ། དབང་ཡུལ་དུས་མཉམ་པ་ལ་འབྲེལ་བ་གཉིས་ཀ་མེད་པས་མཐོང་བྱ་  
མཐོང་བྱེད་དུ་མི་འཐད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་དགོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡང་  
དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཁ་ཅིག་གིས་དབང་པོ་ལྟ་བུར་མིན་ཡང་དུས་མི་མཉམ་ན་ཡུལ་  
དུ་མི་བྱེད་པས་ཡུལ་དྲུང་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་  
པ་ནི་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སོགས་གངས་ཅན་པ་འགའ་  
ཞིག་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། དེའི་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་དེ་ཡུལ་ཤེས་གཉིས་དུས་མཉམ་པའི་  
ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་མིན་ཕྱིར་ལྟ་བུར་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པའི་  
ཡུལ་ཅན་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་ཡོད་པ་འགའ་ཏེ་རྒྱ་མེད་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཉིས་པ་ལ། ལན་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་དགག་པ་རེ། ལྷན་  
ཅིག་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་ནི་ཤེས་པས་དམིགས་པའི་རྒྱ་མེད་ལ་རང་དང་དུས་མཉམ་

པའི་ཡུལ་དེ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། འོ་ན་སྐད་ཅིག་སྣ་མའི་  
ཡུལ་ལས་དབང་པོ་དང་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆེན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་  
ཤེས་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཤེས་པ་རང་དང་དུས་མཉམ་གྱི་ཡུལ་གྱི་དགོས་པ་  
གང་ཡང་མེད་དོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ཕྱི་དོན་མདོ་སྡེ་པའི་འདོད་པ་ལྟར་  
གཞག་པ་ལ། དངོས་དང་། དོགས་སྣང་། བྱུང་དོན་གསུམ། དང་པོ། དེས་ན་  
ཚད་མ་རང་ལུགས་མདོ་སྡེ་པ་ལྟར་དམིགས་པའི་ཡུལ་དང་བདག་རྒྱུན་དབང་  
པོ་དང་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གསུམ་ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་  
དེ་ཕྱི་དོན་འདྲ་པའི་རྣམ་པ་རྒྱུད་བྱེད་ཡིན་ལ་དེ་ལས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཡུལ་  
དང་འདྲ་བར་སྒྲིམ་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ཏེ་དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་  
ཡིན་པས་གཟུང་འཛིན་དུས་མི་མཉམ་མོ། །

གཉིས་པ། འོ་ན་ཤེས་པའི་རྒྱར་འདྲ་བ་ལ་ཤེས་པ་ཡུལ་དང་འདྲ་བར་སྒྲིམ་  
དབང་པོ་དང་འདྲ་བར་མི་སྒྲིམ་པ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། དཔེར་ན་རྩལ་དང་དུས་དང་  
རྟོད་ལ་སོགས་པ་བྱ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། ས་མའི་གཟུགས་ཀྱི་དབྱིབས་སོགས་  
དང་འདྲ་བར་སྒྲིམ་པ་བཞིན་ཤེས་པ་ཡང་ཡུལ་འདྲར་སྒྲིམ་པོ་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་  
ནོ། །གསུམ་པ། དེས་ན་ཡུལ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་འབྲས་བུ་གཉིས་ཏེ་  
རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲིམ་སྒྲིད་པ་དང་། རང་འཛིན་དབང་མདོན་ལ་རང་  
འདྲའི་རྣམ་པ་གཏོད་པ་གཉིས་སོ། །བུམ་འཛིན་ལྟ་བུའི་སྒོ་ཡང་ཡུལ་ཤེས་  
པའི་གཟུང་རྣམ་དང་དེ་ཤེས་པའི་འཛིན་རྣམ་རང་རིག་སྟེ་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་

དཔར་འདྲོད་དོ། གཉིས་པ་རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་ལ། གཞན་གྱི་བརྟག་པ་  
 དགག་པ། རྣམ་པར་རིག་པ་བསྐྱབ་པ། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་གསུམ། དང་  
 བོ་ལ་མྱི་དོན་ཁས་ལེན་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གསལ་པ་ལ་བརྟེན་པ་དགག་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་གཏན་ལ་ཡབ་ན། དགས་པའི་  
 ཚུམ་གཞིརྟུལ་ཐུ་རབ་དག་ཀྱང་གཅིག་སྤྲུལ་ཆམེད་ན་དགས་པའི་གཞིར་མི་རུང་  
 བ་དང་རྟུ་མ་ཡོད་ན་ཆམེད་མི་འཐད་པའི་འཇམ་ཏེ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར།  
 ཤེས་པ་ལས་གྲུད་ན་མྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་ལ་རྒྱ་མཚན་དེས་ན་རྣམ་པ་གཏོད་  
 བྱེད་མེད་པས་རྣམ་པ་འདྲ་མེད་ཏེ་མོ་གཤམ་གྱི་སྤྲུལ་མེད་ན་དེའི་ཁ་དོག་གི་  
 རྣམ་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ། རྟོག་གི་པ་ཁའི་གླེ་བའི་བཞེད་པ་ལྟར་མ་བརྟག་མ་དཔྱོད་པའི་  
 སློ་དང་མཐུན་པར་འཇུག་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ་ཀུན་རྫོབ་ཐ་སྟོད་ཀྱི་དཔྱོད་པ་  
 འཛིག་རྟེན་གསལ་པ་ཅུམ་ལ་བརྟེན་ན་མ་དཔྱོད་པའི་སློ་དོར་མེད་རྗེས་སྐྱབ་  
 སེལ་སོགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་སོགས་ཚད་མའི་  
 རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པས་འགྲེལ་ལོ། །དེ་ལྟར་དངོས་པོ་བཅ་  
 ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བཅ་པོ་ཁོག་པས་སེམས་ཅམ་དུ་གྲུབ་པོ། གཉིས་  
 པ་རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་བསྐྱབ་པ་ལ། རྟགས་གཉིས་མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
 ལྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། གཟུང་འཛིན་  
 རྗེས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་། ཤེས་པ་ནི་གསལ་ཞིང་རིག་པ་

ཡིན་ལ་གསལ་རིག་དང་མི་ལྟན་པའི་ཤེས་བྱ་མི་སྲིད་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་  
སེམས་སྤྲུལ་པ་གསལ་བའི་རྟགས་དྲང་ལྟན་ཅིག་དམིགས་པར་ངེས་པས་  
འགྲུབ་པོ། །

གཉིས་པ། དེ་ཡང་ཆོས་གང་ལྟན་ཅིག་དམིགས་པར་ངེས་པ་ཡིན་པ་ལ་རྫས་  
གཞན་ཡིན་པ་མི་སྲིད་ཅིང་རྫས་གཞན་ཡིན་ན་ལྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་གྱི་  
རྟགས་དེ་ཡོད་པ་མི་སྲིད་དོ། །དེ་ནས་དེ་སྐོར་དེ་བུ་སྒྲུབ་པ་གཉིས་སྒྲུབ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་  
དང་དེ་འཛིན་ཡང་རྟགས་དེས་རྫས་གཞན་མིན་པར་འགྲུབ་པོ། །མི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་  
རྫས་ཐ་དད་གཞན་ལ་རྟགས་མི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་མཐུང་  
གཞན་བཞག་ག་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་། །གསུམ་པ་རྩོད་སྒྲོང་ལ། དགག་པ་རང་ལ་  
མཚུངས་པའི་རྩོད་སྒྲོང་དང་། ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་མི་འཐད་པའི་  
རྩོད་སྒྲོང་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལྟ་  
བུའི་རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་དེ་ལ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ་དབུ་མ་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
སེམས་གྱི་རྒྱུན་ནི་ཡན་ལག་ཅན་འགོག་པ་དྲང་རིགས་པ་མཚུངས་ལ་སེམས་  
སྐད་ཅིག་མ་དག་དུལ་གྱི་ཆ་ཤས་བཞིན་དུ་འདས་མ་འོངས་ལ་སྤྱོད་པའི་  
ཆ་གཉིས་ཡོད་དགོས་པ་དེས་ན་སེམས་སྐད་ཅིག་མ་ལ་འང་ཐོག་དབུ་མ་མཐའི་  
སྐད་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་སྟེ། །གཉིས་དྲང་དུ་མ་བྱལ་ཞེས་ཟེར།  
ལན་ལ་རྩོད་པ་དེ་མ་གྲུབ་པ་དང་། རིགས་པ་མི་མཚུངས་པའི་ཚུལ་གཉིས།  
དང་པོ། རྩོད་པ་དེ་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན། སྐད་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་



ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་སྐད་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྤྲོད་པར་འགྱུར་ལ། སྐད་ཅིག་གཅིག་  
 པ་མི་སྤྲོད་ན། གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་འང་ཉམས་པས་གསུམ་ཞེས་  
 གཅིག་འགོག་པ་འང་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ། རྩལ་དང་མི་མཚུངས་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་རྩལ་ནི་རྟགས་པ་ཚུམས་པའི་ཆོ་རྒྱས་ཅིག་ཆར་ཏུ་བསྐྱོར་བ་ས་ན་  
 དབུས་ཀྱི་རྩལ་ཕན་ཆ་བཅས་སུ་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་གཞག་ན་ཆ་བཅས་ཡིན་  
 ལ་བཤིག་ན་ཆ་མེད་ཏུ་འདིག་སྟེ་སྐྱེ་ཅིའི་ཟིལ་པ་བཞིན་ནོ། །སྐད་ཅིག་ནི་རྩལ་  
 གསུམ་ཅིག་ཅར་སྟེ་ན་སྟོན་དེ་འདྲུག་ཀྱང་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རྩལ་གསུམ་ཅིག་ཆར་རྩལ་སྟེ་བས། ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་རང་གི་དོས་ནས་  
 ཆ་མེད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོན་དཔོན་འཕགས་པས་སྐད་ཅིག་གསུམ་སྟེལ་  
 བས་བཤིག་པ་འདིས་ཉན་ཐོས་རྩལ་གསུམ་རྣམས་ཡོད་འདོད་པ་འགོག་གི་སྐད་  
 ཅིག་ཆ་མེད་ཅམ་དགག་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟའི་སྐད་ཅིག་དོན་བྱེད་རྩལ་གྱི་དངོས་  
 པོ་ཅམ་གྲུབ་པ་དེ་ཁོ་ནས་ཆ་མེད་ཏུ་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཡུལ་  
 འཛིན་སོགས་ཆད་མ་དང་ཆད་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་འགལ་ཞེན། དོན་རྒྱུད་པ་  
 གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་སྟོ་ཉིད་ཡིན་གྱི་སྒྲུང་བ་དྲོ་ཉིད་སྟེ་རྩལ་ན་མེད། བག་  
 ཆགས་བརྟན་པ་སྟེ་གཅིག་དྲང་དྲུང་དཀར་འཛིན་སོགས་ཆད་མ་ཡིན་པ་དང་  
 མི་བརྟན་པ་སྟེ་གཉིས་དང་དྲུང་སེར་འཛིན་སོགས་ཆད་མ་ཡིན་པ་ལས། བདེན་  
 དྲང་བརྟན་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད་པ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་དོན་བསྟུ། རི་སྤྲོད་སྟེ་རྩལ་ཁས་ལེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་གནས་

པ་དེ་སྤྱིད་ཡུལ་ཤེས་རྣམས་གཅིག་ཏུ་མི་འཐད་དེ་དེ་ཆོ་རྣམ་པ་གཏོང་བྱེད་གྱི་  
རྒྱུ་ལ་གཞུང་ཡུལ་ཞེས་ཟེར་ལ། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
པར་ཞུགས་པ་ན། ཡུལ་དྲང་ཡུལ་ཅན་རྣམས་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །  
སྐབས་བསྐྱུ་བའི་ཆོག་སྟེ་བཅད་པ་དོ། །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་  
ཡུལ་བརྟག་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་དྲང་བོ་དོ། །

གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་གྱི་སྟོལ་ མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བསྟུ། དེ་དག་གི་དོན་གཏན་  
ལ་དབབ་པ་གསུམ། དང་པོ། སྟོལ་མཆོན་ཉིད་ནི་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཡིན་  
ལ། གཉིས་པ། ཡུལ་སོགས་སྟོན་ནས་དུ་མར་འབྱུང་ཏེ་ཡུལ་གྱི་སྟོན་ནས་རང་  
སྟེ་འཛིན་པའི་རྟོག་བཅས་རྟོག་མེད་གཉིས། རོ་བའི་སྟོན་ནས་འབྱུལ་མ་འབྱུལ་  
སོགས་དབྱེ་སྟོན་མང་ཡང་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པའི་སྟོན་ནས་རང་རིག་གཅིག་ཡིན་  
ཏེ་དོན་ཐམས་ཅད་རང་མཆོན་དང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རང་རིག་གཅིག་པུའི་  
མཐར་འདུའོ། །གསུམ་པ་ལ་དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ་སྟོགས་སྟེ་  
དགོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ། དོན་བསྟུ་གསུམ། དང་པོ། སྟོན་རིགས་དེ་ལ་  
ལྷག་རྟོག་དགག་ན་བོད་རྣམས་ཡིད་དཔྱེད་དང་། སྤྱང་ལ་མ་རེས་དྲང་།  
བཅད་ཤེས་དང་། ལྷག་ཤེས་དང་། ཐེ་ཆོམ་ལྟ་ཞེས་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཡིད་དཔྱེད་དགག་པ། སྤྱང་ལ་མ་རེས་པ་དགག་པ། བཅད་  
ཤེས་དགག་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། སྦྱིར་དགག་པ་དང་། སོ་སོར་དགག་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ། ཉ་ཅང་ཐལ་པ། བསྟོག་པ་དང་

མཚུངས་པ་གསུམ། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་དེ་སྤྱིར་ཡིད་དཔྱོད་རྟགས་ལ་གཏུན་  
 རས་མི་ལྟོས་པ་ཡིན་ན་ནི་དམ་བཅའ་ཙམ་ཡིན་གྱི་དེ་ལྟར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ལ་  
 བརྟགས་ན་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་ཏེ་དེས་པ་མི་སྤྱིད་པས་ཐེ་ཚོམ་བག་ཉལ་ཡིན་ནོ།  
 གལ་ཏེ་རྟགས་ལ་ལྟོས་ན་རྟགས་ཡང་དག་གསུམ། ཡང་ན་རྟགས་ལྟར་སྤྱང་  
 འགལ་མ་དེས་མ་གྲུབ་གསུམ་པོ་གང་རུང་སྟེ་དེ་བཞི་ལས་འདུལ་བ་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་ཕྱིན་ལོག་དང་མ་དེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་  
 ཡིད་དཔྱོད་གཉིས་པོ་དེ། རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་ལྟར་སྤྱང་གསུམ་  
 དུ་མི་འདུ་ན། ཡིད་དཔྱོད་སྤྱིད་པའི་རྟགས་ཞེས་པ་གཏུན་ཚིགས་ལྟར་སྤྱང་  
 བ་བཞི་པ་ཞིག་སྤྱིད་པར་འགྱུར་ཏེ་གཏུན་ཚིགས་ལྟར་སྤྱང་གསུམ་པོ་གང་ཡང་  
 མིན་པའི་རྟགས་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཡིད་དཔྱོད་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་རྟགས་ལྟར་སྤྱང་བ་མ་ཡིན་ན། དེ་ཆད་མ་གཉིས་སུ་ནི་མི་འདོད་ལ་དོན་  
 བདེན་པ་དེས་པར་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ཡིད་དཔྱོད་ཞེས་པའི་ཆད་མ་གསུམ་པ་  
 ཞིག་སྤྱིད་པར་འགྱུར་ལ། ཡིད་དཔྱོད་དེས་དོན་བདེན་པ་གསུང་དུ་དེས་ཀྱང་  
 ད་རུང་ཆད་མ་མིན་ན། འོ་ན། རྗེས་སྤྱད་པ་ག་པ་འདྲ་ཆད་མ་མིན་པར་ཅི་  
 ཡི་ཕྱིར་མི་འགྱུར། དོན་བདེན་པ་དེས་པ་ཡོད་ཀྱང་དེས་སྒྲོ་འདོགས་མི་གཅོད་  
 ན། དེས་སྒྲོ་འདོགས་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་མིན་པར་  
 འགྱུར་ལ་འདོད་ན་གཞུང་དང་རིགས་པར་འགལ་ལོ། །གལ་ཏེ་དོན་དེས་  
 པ་ནི་མེད་ཀྱང་ཁོན་པ་ན་ཚུ་ཡོད་དམ་སྟུམ་པ་དོན་དུ་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱོད་

དང་མེད་དམ་སྟུང་པ་བརྟུན་པ་ལོག་པའི་ཤེས་པ་དྲང་། ཡོད་དམ་མེད་སྟུང་  
པ་སོམ་ཉིད་སྟོ་གསུམ་ཡོད་པ་མི་འགྲུལ་ཟེར་ན། བདེན་པ་དེས་པ་མེད་ན་  
ཡོད་དཔྱོད་ཉམས་ཏེ་དེས་པ་དོན་མཐུན་དུ་ཁས་སྤང་བས་སོ། །ཡོད་དམ་  
མེད་སྟུང་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་དཔྱོད་དང་ལོག་ཤེས་གཉིས་སྟུང་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་  
ལས་ལོགས་སྟུང་ཐེ་ཚོམ་རང་རྒྱ་བ་ཞིག་འཛིག་པར་དགའོ། །

གསུམ་པ། ཡང་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལྟོག་ལྟར་དོན་མཐུན་དུ་དེས་པ་བདེན་པའི་  
ཡོད་དཔྱོད་འདོད་པ་ལྟར། དེ་ལས་ལྟོག་པ་རྟུན་པའི་ཡུལ་ཅན་ལོག་པའི་  
ཡོད་དཔྱོད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟུང་བར་ཡང་ཅིས་མི་འཐུང་། དེ་ལྟར་འདོད་དོ་ཞེ་ན་  
ཡོད་དཔྱོད་ནི་དོན་མཐུན་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པ་ཉམས་སོ། །ལོག་  
པ་དེ་གཉིས་ཀར་དོགས་པས་ཡོད་དཔྱོད་མིན་ཟེར་ན་འོན་ཏྲུང་མཉམ་པ་འདྲང་  
ན་གཉིས་ཀར་དོགས་པས་ཡོད་དཔྱོད་མིན་པར་མཚུངས་སོ། །གལ་ཏེ་ཕྱོགས་  
གཉིས་ཀར་དོགས་ནས་ད་རུང་ཐེ་ཚོམ་མ་ཚོད་ན་ནི་ཐེ་ཚོམ་འགྱུར་གྱི་ཡོད་  
དཔྱོད་དུ་མི་རུང་ལ། གལ་ཏེ་ཐེ་ཚོམ་དུ་མི་འགྱུར་བར་དོན་མཐུན་དེས་པ་དེ་  
ཡོད་དཔྱོད་ཡིན་པར་མིན་ན་དོན་མི་མཐུན་ཡང་ལོགས་སྟུང་ལྟར་བས་ཡོད་  
དཔྱོད་སོགས་ལྟར་འདོད་པའི་གྲངས་དེས་འཛིག་ལ་སྟོན་མེད་དེ་ཡོད་དཔྱོད་  
རྟུན་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་ཟེར་ན་འོན་ཏྲུང་ཡང་བདེན་པ་དེས་པ་ཡིན་  
པའི་ཚད་མ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་སོ་སོར་  
དགག་པ་ལ། རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡོད་དཔྱོད་དགག་པ། རྒྱ་མཚན་བྱིན་ཅི་

ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱད་དགག་པ། ལུང་ཆོས་ཡིད་དཔྱད་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་  
གསུམ། དང་པོ། གྲལ་ཏེ་ཁྱོད་པར་རྒྱལ་ཡིད་སྒྲུབ་པ་སོགས་ཡིད་པའི་རྒྱ་མཆོན་  
མེད་པ་འཕམ་མ་བཟུང་བ་ཡི། ཡིད་དཔྱད་ཡུལ་དོན་མཐུན་དུ་ངེས་པའི་བདེན་  
པ་ཡིན་ན་རང་གི་འོག་ན་གཏེར་ཡིད་སྒྲུབ་པ་སོགས་སྟོ་ཀྱན་བདེན་པར་འགྱུར་  
ཏེ་རྒྱ་མཆོན་མེད་ཀྱང་བདེན་པར་ཁས་སྤངས་བས་སོ། །གཉིས་པ། གྲལ་ཏེ་  
གཞལ་བྱས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་སོགས་ཕྱིན་ཅི་འོག་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅན། ཀྱན་  
ཀྱང་ཁྱོད་ལྟར་ན་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་དགོས་ན་འང་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་རྟགས་མ་  
ངེས་པའི་སྟོ་དེ་དག་ཐེ་ཆོམ་དུ་བསྐྱས་པས་ན་གཞུང་དང་འགྲལ་ལོ། །གསུམ་  
པ། རང་དང་གཞན་གྱི་སྟེ་བའི་ལུང་ལས་རང་གི་བརྗོད་བྱ་རྟོགས་པའི་སྟོ་  
དེ་ནི་ཆོད་མ་དང་མཛོག་འོག་རྟོག་ཐེ་ཆོམ་སྟེ་སྟོ་རིགས་བཞི་པོ་གང་ཡང་རུང་  
བར་འདུས་པ་ཡིན་གྱི་ཡིད་དཔྱད་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྤང་ལ་མ་ངེས་  
པ་དགག་པ། གྲལ་ཏེ་ཡུལ་མངོན་སུམ་དུ་སྤང་ལ་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོད་  
མ་མིན་ན་མངོན་སུམ་ཀྱན་ཀྱང་ཆོད་མ་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མཆོན་ནི་རང་  
མཆོན་མངོན་སུམ་ལ་ངེས་པ་ཉིད་ནི་གཞུང་ལས་བཀའ་གྱིར་ཏེ་རང་མཆོན་  
དེར་སྤང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆོད་མར་བཞག་གི་ངེས་པ་མིན་པར་འཆད་པར་  
འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་བཅད་ཤེས་དགག་པ་ལ། སྦྱི་དང་། བྱེ་བྲག་མངོན་  
སུམ་བཅད་ཤེས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། བཅད་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རིགས་  
པས་མཐའ་བཅད་ན། རང་ཡུལ་ཆོད་མས་བཅད་ཟིན་ཡིན་པས་ཐེ་ཆོམ་མ་

ཡིན་ལ། དེ་ཡི་སྐྱུ་མ་མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་རྟོག་དང་། ཡང་ན་ཚད་མ་ཉིད་  
དེ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་མི་འཐད་  
དེ་རྒྱ་མཚོན་སྒོ་རིགས་བཞི་པོ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒོ་མི་སྤྲིད་པ་དེས་ན་ཚད་  
མ་དང་ལོག་རྟོག་གཉིས་མ་ཡིན་པས་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་རང་གིས་སྐྱ་  
མའི་ཡུལ་དན་པ་ཅམ་ལས་རང་ལ་རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་བགས་པ་དངོས་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་  
པོ་ལ། མདོན་སྐུམ་དང་བཅད་ཤེས་འགལ་བའི་བསོག་ཞེས་ཐུན་མི་སྤྲིད་པས་  
དགག་ དབང་ཤེས་རིགས་ལ་ཚད་མ་ཡིན་པ་དགག་ དེའི་དོན་བསྐྱུ་གསུམ།  
དང་པོ། མདོན་སྐུམ་ནི་དོ་བོ་རྟོག་ བྲལ་ཡུལ་རང་མཚོན་དུས་དྲ་ལྟ་བུ། འདྲིན་  
སྤངས་གསལ་བ་མ་འདྲིས་པ་ཡིན་ལ། བཅད་ཤེས་ནི་དོ་བོ་རྟོག་པ། ཡུལ་  
སྤྲོད་དུས་འདས་པ་དན་པ་འདྲིན་སྤངས་མི་གསལ་བ་འདྲིས་པ་འདྲིན་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་དུས་འདྲིན་སྤངས་འགལ་བ་ལ་མདོན་སྐུམ་  
ཡང་ཡིན་ལ་བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ནི་གཤམ་སྤྲིད། གཉིས་  
པ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། མི་སྦྱོར་ཏེ་རིགས་ཡུལ་སྤོན་པོ་ལྟ་བུ་མིག་ཤེས་དང་མ་  
བྲལ་གྱི་བར་གྱི་སྒོ་ཅམ་གྱི་རྒྱུན་ལ་འདྲིན་པ་ནི་མདོན་སྐུམ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྤོན་པོ་དང་པོ་རྟོགས་ཟིན་གྱི་རྗེས་སུ་སྤོན་པོའི་སྐུམ་དུ་ཤེས་པ་དེ་བཅད་ཤེས་  
ཡིན་ཞེ་ན། དེ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་སྤོན་པོ་སྤྲད་ཅིག་གི་སྤང་བ་ལ་རྒྱུན་གཅིག་  
ཏུ་འབྱུལ་ཞིང་ཞེན་པ་ཡིན་གྱི། རིགས་ནི་མདོན་སྐུམ་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ་སྤྲད་

ཅིག་མའི་ཐོང་བ་ནི་རྣམ་ཡིན་ལ་རིགས་མིན་ཞིང་མུ་སྟེགས་པའི་རིགས་སྤྱི་  
ལྟ་བུ་ནི་མི་སྤྱིད་ལ། གཞན་སེལ་གྱི་རིགས་ནི་སྤྱོད་བཏགས་ཡིན་པས་མངོན་  
སུམ་གྱི་ཡུལ་མིན་ནོ། །

གསུམ་པ། མདོར་ན་མཐོང་བའི་དོན་དུ་ལྟ་བུ་ལ་རྟེན་ཤེས་ཤེས་མེད་ལ། དེ་གཉིས་  
གཅིག་ཡིན་ན་གཅིག་ཡིན་པ་འགྲེལ་བའི་བྱིར་ན་གཞི་མཐུན་མེད་དོ། །ད་  
ལྟ་བུ་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་བྱིར་དུན་པ་མིན་ཏེ། དུན་པ་འདས་པའི་ཡུལ་ཅན་  
ཡིན་པས་སོ། །སྤྱི་གཅིག་ཏུ་བཏགས་པའི་རིགས་ནི་རྣམ་སྤྱོད་པས་དབང་  
པོའི་ཡུལ་དུ་མཐོང་བར་འགྲེལ་ཞིང་ཡུལ་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་མཐོང་བ་སྤྱི་ལ་  
གཟུང་དོན་གསར་དུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་ཡིན་མིན་གྱི་བྱུང་བར་མེད་དེ་སྐད་  
ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་ཡུལ་གསར་པ་ཡིན་པས་སོ། །སྤྱོད་འདོགས་ཚོད་ཟིན་གྱི་དེས་  
པ་ཡོད་ན་མངོན་སུམ་མིན་ཏེ་རྟོགས་ཟིན་མ་བཟེད་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས་  
སོ། །སྤྱི་མ་མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་དང་བྱི་མ་དེས་པའི་ཡུལ་གཉིས་པོ་སྐད་ཅིག་  
སྤྱི་ལྟ་བུ་དུ་ར་འདྲིན་པ་ནི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་དེས་ན་མངོན་སུམ་  
བཅད་ཤེས་དང་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་རིགས་པ་རང་སྤྱོད་གི་ཤེས་པས་བཀག་  
བ་ཡིན་ནོ། །ཅིས་བྱ་བ་ནི་བསྟུ་བའི་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་ཚུད་སྤྱོད་ནི། འོན་མངོན་སུམ་རྣམ་སྤྱོད་ཅིག་ཁོ་ནར་ཟད་པས་སོ་  
སྤྱིས་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཅིག་མ་མི་རྟོགས་པས་སོ་སྤྱིས་སྤྱི་ལོ་མངོན་སུམ་མི་  
སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། མི་འགྱུར་ཏེ་སོ་སྤྱིས་སྤྱི་ལོ་མངོན་སུམ་རུལ་དང་སྐད་

ཅིག་ཆམེད་ལྟ་བུ་ལ་མི་འཇུག་སྟེ་ཡུལ་དང་དབང་པོའི་རྒྱལ་ལྷ་རབ་ཆོག་ས་པའི་  
སྒྲིབ་ཅིག་རི་སྟེང་གིས་ནམ་ཤེས་སྟེང་རུང་བར་གྱུར་བ་ན་དེ་སྟེང་གི་རང་མཚན་  
གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྟོང་བའི་ནམ་ཤེས་གང་བསྟེན་པ་ནི། དཔེར་ན་ཆུ་  
ཐིག་གཅིག་ཙམ་གྱིས་བུམ་བ་གང་ནས་བྱིར་འཕོ་བ་མིན་ཡང་གང་བར་སོགས་  
ནས་བྱིར་འཕོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱལ་ལྷ་རབ་སྒྲིབ་རུང་དུ་ཆོག་ས་  
པ་རྟོག་པ་རང་གི་གཟུང་དོན་ལ་མ་ལུགས་པའི་ཤེས་པ་དེ་སྟོན་སྟེ་བའི་མདོན་  
སུམ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ་བུམ་བ་མདོན་སུམ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུན་ནི། གཞན་གྱི་ཚད་མ་ཚད་མིན་གྱི་གསལ་པའི་ཆུང་ཟད་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྟོང་རིགས་ལྟ་སོགས་སུ་དབྱེ་བ་མི་འཐད་དེ་རྩ་བའི་གངས་གྱི་  
དབྱེ་བ་སྟེ་རི་སྟེང་པ། རིགས་གཅིག་མི་གཅིག་གི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ས་བུས་  
པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡི་ནད་གི་ཁྱད་པར་པ་མེད་དབྱེ་བ་སྟེ་རི་སྟེང་པ་ནི་རྩ་བའི་རིགས་  
དེ་ཡི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བཞེད་ཀྱི་ལོགས་སུ་གངས་དེས་བྱེད་པ་མིན་  
ལ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གཏན་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྟེ་  
རྣམ་གཞག་མཐོར་བཆོས་ཀྱི་གཤམ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ།  
བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་ལོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་གཞག་པ་ལ།  
ཚད་མིན་སྟེ་མཚན་ཉིད་གངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྟེ་སྟོང་རྣམ་གཞག་གསུམ།  
དང་པོ། དེས་ན་རང་ལུགས་ཚད་མིན་གྱི་སྟོང་མཚན་ཉིད་ཤེས་པ་གང་ལ་མི་  
བསྟུ་བ་མ་གྱུར་དེ་ནི་ཚད་མ་མིན་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེ་བ་མ་



རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཚོམ་སྟེ། ཚད་མའི་འགྲེལ་བླ་ཚད་མིན་ལ་ནང་གསེས་  
 དབྱེ་བ་ནམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཚད་མིན་གྱི་སྒོ་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒོ་  
 རྟོགས་གངས་དེ་ལྟར་ངེས་པ་ཉིད་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་ཏེ་སྒོའི་འཇུག་ཚུལ་མཐའ་དག་  
 བཞི་ལས་གཞན་མི་སྤྱོད་ལ་གཅིག་ཚད་མ་ཡིན་ལ་ཚད་མིན་ལ་འཇུག་ཚུལ་  
 གསུམ་ཐོབ་ཅིང་དེའི་གངས་ངེས་དང་གཏན་ཚིགས་གྱི་སྒྲིན་གསུམ་དང་ནམ་  
 གཅོད་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པ་སོགས་གནད་གཅིག་གོ། རྟོ་བའི་སྒོ་ནས་པ་སྟུ་  
 ར་ལོག་རྟོག་དང་ཐེ་ཚོམ་གཉིས་ཀྱང་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་མ་རྟོགས་པ་དེ་  
 གཅིག་ལུ་འདུའོ། །གསུམ་པ་ལ་དངོས་དང་། མཇུག་བསྟུ་གཉིས། དང་  
 བོ་ལ་མ་རྟོགས། ལོག་རྟོག་ཐེ་ཚོམ་གསུམ། དང་བོ་ལ་མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་  
 གཉིས། དང་བོ། དེ་ཡང་ཡུལ་དངོས་དེ་དྲུག་དེ་མིན་ཐིན་ལོག་ཏུ་འཛིན་པ་  
 གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པས་ཚད་མ་དང་ལོག་རྟོག་ཚད་ལ་དེ་གཉིས་བསྟོམས་པའི་  
 རྒྱགས་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཚད་པས་ན་སྟོ་དེ་འདྲ་བ་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ།  
 དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ། ཡུལ་དེ་ལ་སྒོ་གཏན་མ་ཞུགས་པ་དང་ཞུགས་ཀྱང་ཆོལ་  
 བའི་བྱ་བ་མ་རྟོགས་པ་དྲང་། ཆོལ་བའི་བྱ་བ་དབྱུང་བ་རྟོགས་པ་ར་གྱུར་  
 ཀྱང་སྟོའི་ཡུལ་དུ་མ་བྱུང་ནས་མ་རྟོན་པ་འོ། །གཉིས་པ་ལ་མཆན་ཉིད་དབྱེ་  
 བ་གཉིས། དང་བོ། ཡུལ་དེ་ཉིད་དུ་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་པ་གཞན་ཡིན་པའི་  
 ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་ཡོད་པ་ནི་ལོག་གཤམ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེ་  
 ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། རྟོག་པ་ལོག་གཤམ་ཡིད་གཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་ལྟ་

ཐུང་ནི་རྟོག་མེད་དབང་གས་འབྱུལ་བ་ལྷ་བ་གཉིས་ལྟ་བུ་དེ་གཉིས་ཡོད་  
ཅིང་དེ་ལ་འང་སྟོ་སྟོར་བྱེ་ན་རྟོག་མེད་ལ་དབང་ཡིད་འབྱུལ་བ་གཉིས། རྟོག་  
བ་ལ་ཡུལ་དུས་རྣམ་བ་འབྱུལ་བ་གསུམ་སྟེ་རྣམ་བ་ལྟ་ཡོད་དོ། །

གསུམ་བ་ལ་མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཡུལ་དེ་ཡིན་པར་འཛིན་  
ན་ཡང་དེའི་བྱེད་བ་མ་ཉམས་བཞིན་དུ་དེ་མིན་དུ་འཛིན་པའི་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱང་  
དེ་ལ་སྤྱོད་ཅིང་ཡོད་རུང་བའི་སྟོ་བེ་ཆོམ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དབྱེ་ན་  
གཉིས་ཡོད་དེ་བེ་ཆོམ་དངོས་སུ་ཞུགས་བ་མཛོན་དུ་གྱུར་བ་དང་དངོས་སུ་བེ་  
ཆོམ་མ་ཞུགས་ཀྱང་བརྟག་ན་བེ་ཆོམ་བ་བྲག་ལ་ཉལ་གཉིས་ཡོད་ལ། མཛོན་  
གྱུར་ལ་འང་སྤྱོད་ཀྱིས་གམ་མི་རྟག་ལྟ་བུ་སྤྱོད་གཉིས་པོ་ཆ་མཉམ་བ་དང་སྤྱོད་ས་  
རེ་རེ་བ་ཤམ་ཆེར་འཛིན་བ་དོན་འབྱུར་དང་དོན་མི་འབྱུར་གཉིས་ཡོད་དོ། །  
གཉིས་བ་མཐུག་བསྟུ། མདོར་བསྟུ་ན་ཆད་མའི་གས་བ་མཛོན་རྗེས་གཉིས་  
པོ་ཡང་། དོན་དུ་ཡུལ་ཅན་རང་རིག་ཆད་མ་ཁོ་ནར་འདུས་གིང་ཆད་མ་མིན་  
བ་གསུམ་པོ་ཡང་མ་རྟོགས་པ་ལས་དོན་གཞན་མིན་པར་གས་པར་བྱའོ། །  
ཞེས་བྱ་བ་བསྟུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏོར་ལས་  
སྟོ་བརྟག་པའི་རབ་རུ་བྱེད་བ་སྟེ་གཉིས་པའོ། །

གསུམ་བ་སྟོ་དེས་ཡུལ་རྟོགས་ཚུལ་ལ། སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་རྟོག་ཚུལ། སྤྱང་སེལ་  
གྱི་རྟོག་ཚུལ། བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གྱི་རྟོག་ཚུལ། འགལ་འབྲེལ་གྱི་རྟོག་ཚུལ་  
བཞི་ལས། དང་པོ་ལ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་སྤྱིར་བསྟན། རྗེས་

ལྷོག་དོན་ལ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དགག་གྱི་བྱེ་བྲག་གི་རྟོག་ཚུལ་ཁྱད་པར་དུ་  
 དབྱུང་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དབྱུང་བ་དང་། དེ་གཏོན་  
 ལ་འབབ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། ལུལ་རུང་མཚན་འདྲིན་པ་ཡི་ལུལ་ཅན་ནི་  
 རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་དེ། ལུལ་སྤྱི་མཚན་འདྲིན་པའི་ཤེས་པ་ནི་རྟོག་པ་  
 ཡིན། དེ་ལ་རུང་མཚན་ནི་རྣམས་སྤྱུ་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་སྟེ། སྤྱི་ནི་དངོས་པོར་  
 གྲུབ་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་རྣམས་དྲུང་ལྷོག་པ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ གྲུབ་དྲུང་གཞན་  
 སེལ་རྟོག་པ་དང་མི་རྟོག་པ་འདི་དག་ལ་བོད་གཞན་པ་དྲག་རྣམ་གཞག་གཞན་  
 ཏུ་འཆད་དེ་རེས་མཚུངས་རེས་མི་མཚུངས་རེས་སྟོ་ཆོས་དང་རེས་དོན་ཆོས་  
 རེས་སྤྱི་བསྐྱུབ་རེས་འགོག་པ་ལྟར་བྱེད་པས་རྣམ་རྟོག་གཏིང་ཚུགས་པ་མེད་  
 དོ། །ཁོ་པོ་ཆོས་ཀྱི་གཤམ་པའི་གཞུང་བཞིན་དུ། རྣམས་སྤྱི་ལུལ་རྟོག་རྟོག་  
 མེད་སྟོ། སྤང་སེལ་འདྲིན་སྤངས་སྤྱུ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཆད་པར་འདོད་དོ། །  
 གཉིས་པ་རྣམས་ལྷོག་དོན་ལ་ཡོད་པ་དགག་པ། དེ་ལ་བོད་སྤྱུ་རབས་པ་རྣམས་  
 ཅན་པེ། ལྷོག་པ་དུ་མ་དང་འབྲལ་མི་ཤེས་པ་རྣམས། འདུས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་ཁ་  
 ཡར་པ་ལྷོག་པ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། ཡང་རྣམ་ཆོས་དང་ལྷོག་ཆོས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱང་། དངོས་འགལ་རྣམས་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བ་དང་། དངོས་འགལ་ལྷོག་  
 པ་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་རྣམས་ལྷོག་དེ་འདྲ་བའི་སྤྱི་སྟེགས་པས་  
 ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྣམས་འདོད་པ་ལྟར་ལྷོག་པ་སྤྱི་བདགས་ལ་དོན་ལ་འབྲལ་  
 མི་ཤེས་སྤྱི་འདུ་བ་མེད་པ་དང་། རྣམས་ལྷོག་ཡན་ཚུན་དུ་གོ་བ་གཅིག་ལ་གཅིག་

བརྟེན་པར་ཐལ་བ་སོགས་སྒྲིན་མང་བས་མི་འཐད་ལ། རྣམ་ཚཱ་དང་ལྷོག་  
 ཚཱ་ཀྱང་རྣམ་ལྷོག་རང་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་གྱི་ལོགས་སུ་མི་འཐད་དེ།  
 ཟློན་ལྟར་ན་མི་རྟག་པ་རྣམ་ཚཱ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་མི་རྟག་པ་འཇལ་བྱེད་གྱི་  
 རྣམ་དཔག་གི་ཡུལ་རྣམ་སུ་ཐལ་ཞིང་། དེ་མི་འཐད་དེ། འདི་ལྟར་རྣམ་དཔག་  
 གིས་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ན་རྣམ་དངོས་པོར་མི་འཛིན་པ་ས་བྱལ་བ་ཡིན་པས་  
 རྣམ་དཔག་དེ་ཡི་ཡུལ་ལ་རྣམ་ཚཱ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ལ་གལ་ཏེ་འཐད་ན་  
 བྱས་མི་རྟག་བུམ་པའི་སྟེང་ན་རྣམ་ཐ་དད་མེད་པས་བྱས་པ་རྟོགས་པས་མི་  
 རྟག་པ་རྟོགས་པར་ཐལ་ལོ། །རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་གཞལ་བྱ་འཇལ་  
 པའི་ཡུལ་ནི་སེལ་བ་ཡི་སྒྲོན་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ཟློན་རྣམ་དཔག་ནི། དེ་མིན་  
 རྣམ་པར་བཅད་པ་ལྷོག་པའི་སྒྲོན་ནས་རང་གི་གཞལ་བྱ་གྲུབ་པར་བཞེད་པ་  
 དེས་ན་རང་ལུགས་ལ་རྣམ་ཚཱ་ཞེས་ཚཱ་དུ་མ་གཅིག་འདུས་སུ་སྟོགས་པའི་  
 འདོད་པ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་རང་མཚན་ཉིད་རྣམ་ཡིན་ལ། རྣམ་ཚཱ་ཀྱང་རྣམ་  
 ཡིན་ཏེ་རྣམ་གཅིག་མངོན་སུམ་བྱས་ན་དེ་དང་དབྱེར་མེད་པའི་ཚཱ་ཀུན་ཡུལ་  
 དུ་བྱེད་པའི་ཟློན་རོ། །ལྷོག་པ་ནི་གཞན་སེལ་ཡིན་ལ་དེའི་ཚཱ་ཀྱང་དེ་ལས་  
 མ་འདས་སོ། །དེས་ན་དོན་དུ་ལྷོག་པ་དུ་མ་རྣམ་གཅིག་ལ་འདུས་པའོ།  
 དངོས་པོ་ཐ་དད་དོན་ལ་རྣམ་གཅིག་པ་རྟག་དངོས་ལྟར་མི་སྲིད་པར་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ལ། དངོས་དང་། མཇུག་བསྟུག་གིས། དང་པོ་ལ།  
 མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། དེའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་གསུམ། དང་པོ། ཟློན་བྱེ་

བྲག་གི་མཚན་ཉིད་ནི་ཐ་དད་ལ་གཅིག་འཛིན་གྱི་སེལ་ངོར་རིགས་མི་མཐུན་  
གཞན་ལས་ལོག་པ་སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་དང་། སེལ་ངོར་གཞན་དང་དང་གི་  
རིགས་མཐུན་གྱི་དངོས་པོ་ཡུལ་དུས་ཐ་དད་པ་མཐའ་དག་ལས་ཀྱང་ལོག་པ་  
བྱེ་བྲག་སྟེ། དེ་ལྟར་རིགས་མི་མཐུན་པ་དང་མཐུན་པ་ལས་སྟོག་པར་བྱེད་  
པ་སྟོག་པ་ཆིག་ཀྱང་དང་གཉིས་ཚོགས་ནི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་མཚན་ཉིད་དོ། །  
གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེན། ཤ་བྲག་སོགས་ཕྱོགས་ཐ་དད་པ་ལ་ཐད་ཀྱི་དྲང་  
ནི་རྩ་བྱིའི་དུས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ལ་གོང་མ་ཡི། སྤྱི་དྲང་བྱེ་བྲག་གཉིས་གཉིས་  
བཞིར་དབྱེར་ཡོད་དོ། །ཐད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པས་རྣམས་  
ཐ་དད་དང་གོང་མ་འི་བྱེ་བྲག་དུས་ལ་སྟོས་པས་ན་འདས་མ་འོངས་རྣམས་སྤྱི་  
མེད་ལ་ད་ལྟ་དངོས་པོ་ཡོད་པས་གཅིག་པ་བཀྲག་པའི་ཐ་དད་ཡིན་ནོ། །  
གསུམ་པ་དགག་གཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། རིགས་པ་དང་། ལུང་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། རྣམས་ཐ་དད་དུ་འདོད་པ་དང་། གཅིག་པར་འདོད་པ་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ལུ་སྟེགས་བྱེ་བྲག་པ་སོགས་ཁ་ཅིག་སྤྱི་གསལ་  
རྣམས་ཐ་དད་ཡིན་ཞེས་ཟེར། གསལ་པ་ལས་སྤྱི་དངོས་པོ་ཐ་དད་ཞིག་ཡིན་  
ན་སྤང་དུ་རྩུང་བ་ལ་དེ་མེད་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱི་  
གཅིག་བྱེ་བྲག་དུ་མ་དང་གཅིག་པ་དགག་པ། སྤྱི་དུ་མ་བྱེ་བྲག་དུ་མ་དང་  
གཅིག་པ་དགག་པ། མཚུངས་པའི་སྤྱི་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཕྱོགས་སྤྱི་  
དང་། དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། བྱངས་ཅན་པ་སོགས་ཁ་ཅིག་གཅོད་

སྤྱི་དེ་རྣམ་འབྱུང་ཀུན་དང་དོ་བོ་གཅིག་པམ་སྤྱི་གསལ་རྣམ་གཅིག་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ་ལ་སྤྱང་རུང་མ་དམིགས་པ། རྣམ་པར་བརྟག་ན་མི་  
 འཐད་པ། ཏུའང་ཐལ་བ་གསུམ། དང་པོ། རྣམ་གཅིག་ན་ཡང་བྱེ་བྲག་དང་  
 རོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་སྤྱི་དེ་སྤྱང་དགོས་པ་ལ་དེ་སྤྱང་རུང་མིན་པས་ཞིགས་སོ། །  
 གཉིས་པ། སྤྱོན་གཞན་ཡང་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དང་འདས་མ་འོངས་  
 ད་ལྟའི་དུས་དང་སྤྱོད་པ་སོགས་རྣམ་པ་འགྲེལ་བ་ཡི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པ་མང་  
 པོ་རྣམས་སྤྱི་གཅིག་དྲུང་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་འབྱེལ་ན། དཔེར་ན་ཤིང་གཅིག་  
 སྤྱིས་ན་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་ཤིང་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་སྤྱིས་པ་སོགས་  
 གསལ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱི་འདྲིག་གི་དོ་བོ་འདྲ་གཅིག་དུ་འབྱུང་པོ། །  
 དེ་ལྟ་མིན་ན་དོ་བོ་གཅིག་ལ་ཞིག་མ་ཞིག་སྤྱིས་མ་སྤྱིས་སོགས་གྱི་ཆ་གཉིས་  
 འགྲེལ་ལོ། །གསུམ་པ་ལ། ཡན་ལག་ཅན་མི་ཞིག་པར་ཐལ་བ། དཔང་ཤེས་  
 རྟོག་བཅས་སུ་ཐལ་བ། འགྲེལ་བ་རྣམ་གཅིག་དུ་ཐལ་བ་གསུམ། དང་པོ།  
 ཏུའང་ཐལ་བའི་སྤྱོན་ཡང་ཡོད་དེ་སྤྱི་དྲུང་བྱེ་བྲག་རྣམ་གཅིག་ན་མགོ་རྒྱུང་  
 སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྣམ་གཅིག་ཡོད་པ་ཡང་  
 རི་ལྟར་དགྲ་གཉིས་སྤྱི་དང་ཡན་ལག་ཅན་མཚུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ།  
 གཞན་ཡང་བྱེ་བྲག་འདྲིན་པའི་དབང་པོ་འདྲ་རྟོག་བཅས་ཉིད་དུ་ཐལ་ཏེ་རྣམ་  
 གཅིག་ལ་སྤྱང་མི་སྤྱང་གཉིས་མི་སྤྱི་དང་ཐལ་བྱེ་བྲག་སྤྱང་ན་སྤྱི་ཡང་སྤྱང་དགོས་  
 པས་སོ། །གསུམ་པ། དཀར་ནག་དང་སྤྱང་སྤྱོད་སོགས་འགྲེལ་བ་ཀུན་གྱི་དྲུང་

རྣམ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་སྤྱི་གཅིག་གི་རྣམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་པོ། །གཉིས་  
 པ་སྤྱི་དུ་མ་བྱེ་བྲག་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བ་དག་གི་པ་ལ། སྤྱོད་ལས་སྤྱད་དང་། དེ་  
 དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་སྤྱི་གཅིག་མེད་ཀྱང་ཤ་བ་སོགས་བྱེ་བྲག་  
 རེ་རེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཡང་བྱེ་བྲག་གི་གངས་རི་སྟེང་པར་དུ་མ་ཡོད་ཅི་ན།  
 གཉིས་པ། དེ་ལྟ་ན་སོ་སོ་བ་མེན་པའི་ཐུན་མོང་གི་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་མི་འགྲུབ་  
 ཏེ་སྤྱི་ཡིན་ཆོད་ལྟོག་པ་ཉིས་ཆོག་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་དང་དག་ག་སྤྱད་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་གཞག་པ་འང་འདྲིག་པར་འགྱུར་ཏེ་ཤ་བ་གྲུབ་པས་ཤིང་མི་འགྲུབ་པ་  
 དང་། ཤིང་ཁེག་པས་ཤ་བ་མི་ཁེག་པ་ཡིན་པས་སོ། །གསུམ་པ་མཆོངས་སྤྱི་  
 དག་གི་པ་ལ། སྤྱོད་ལས་སྤྱད་དང་། དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡང་ཁ་ཅིག་སྤྱི་  
 སོ་སོ་བ་འབྲེལ་བ་དེ་མི་འདོད་ཀྱི་ཤ་བ་ལྷན་སོགས་ལ་ཡལ་ག་ལོ་མ་ལྟན་པའི་  
 མཆན་ཉིད་མཆོངས་པའི་སྤྱི་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་རྣམ་གཅིག་  
 ཡིན་ནོ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། རོན་ལ་མཆོངས་པ་ཡོད་པ་དག་ག་ སྟོང་ར་  
 མཆོངས་པའི་སྤྱི་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། འདི་དང་འདི་འདྲའོ་ཞེས་པའི་  
 མཆོངས་པ་ཞི་རྟོག་པས་སྤྱད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རྟོག་པའི་སྟོ་ཡིས་སྤྱད་པའི་  
 ཆོས་རྟོན་ཁོ་རང་ལ་མེད་དོ། །

གལ་ཏེ་རྟོན་རང་ཉིད་ལ་འདྲ་བ་ཞེས་པའི་ཆོས་ཞིག་ཡོད་ན་ནི། སྟོན་དེ་འདྲ་  
 མཐོང་བ་མེད་པ་ཞིག་གསལ་དུ་མཐོང་ན་འང་འདི་གཞན་དང་འདྲ་བར་གང་ལ་  
 འོས་མ་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་དགོས་ན་དེ་མི་མིན་པས་མཆོངས་པ་དོན་གྱི་སྟངས་

ན་མེད་དོ། །གཉིས་པ། ཁ་ཅིག་དོན་གྱི་སྤྱིང་ན་མཚུངས་པའི་སྤྱི་མེད་ཀྱང་།  
རྟོག་པས་མཚུངས་པར་བརྒྱུད་པའི་སྤྱི་ཅི་སྤྱི་མེད་སྟུང་ན། དེ་ལྟ་ན་སྤྱི་གསལ་  
རྣམས་གཅིག་པ་ཉམས་སོ། །གལ་ཏེ་རྣམས་མི་གཅིག་ཀྱང་། རྟོག་པས་མཚུངས་  
པར་བརྒྱུད་ཅུམ་ལ་སྤྱི་གཅིག་རྩ་བུས་ན་ཅིར་འགྱུར་ཞེན། དེ་ལྟ་བུ་མི་འཐད་  
དེ། མཚུངས་པར་འཛིན་པ་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་མི་སྤྱི་དེ་ཆོས་གཉིས་མེད་  
པར་མཚུངས་མི་ཤེས་པས་སོ། །ཡུལ་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ལ་སྤྱི་གཅིག་སྤྱི་  
འཇུག་པ་མེད་དེ་སྤྱི་ནི་ཞེན་ཡུལ་ཆོས་གཅིག་གི་མིང་དུ་འཇུག་གི་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་མི་འཆར་པའི་སྤྱིར་དོ། །གཅིག་རྩ་མ་ཤར་ཀྱང་མཚུངས་པར་འཛིན་  
པ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། ཤོག་མེད་གོམ་པའི་དབང་གིས་སྤོ་ལ་སྤྱི་གཅིག་གི་  
རྣམ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་ཤར་ན། གསལ་དུ་མཚུངས་པར་རྟོག་ཀྱང་  
སྤྱིར་མི་རུང་ཞིང་། དེས་སྤྱིའི་གོ་མི་ཆོད་དེ་བམ་ཟེའི་ཁྱེད་དང་མེད་གོ་འདྲ་  
པར་རྟོག་ཀྱང་དེ་སྤྱིར་མི་རུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་འདྲ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་  
ཡིན་སྟུང་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཤ་བུག་སོགས་ལ་འདྲ་ཚུགས་ཤིང་འདྲ་བ་ཅུམ་ནི་སྤྱི་  
བྱེད་ཡིན་མིན་ཀྱན་ལ་འདྲ་ཡོད་ཅིང་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་འདྲ་བ་  
ཡི་ཆོས་ཤིག་གི་དབང་མེད་དེ་ཐུན་མིན་རང་གཅིག་སྤྱིའི་ཆོས་གཞན་ལ་མི་  
སྤྱི་པའི་སྤྱིར་དོ། །གཉིས་པ་ལུང་འགལ། རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཆོས་ཀྱི་  
གསལ་པས་གསུངས་པ་ཡི་རྣམ་གཞག་དང་ཡང་འགལ་བར་སྤྱད་སྟེ། རྣམ་  
འགྲེལ་ལས། སྤྱི་ཡི་སྤོ་ཡང་བསྐྱད་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། སྤྱི་ནི་དངོས་མེད་དོ་



བོ་ཡིན། །དེ་སྤྱིར་དེ་དབང་སྤྱོད་ཡུལ་ཡིན། །དེས་ན་སྤྱི་ཡི་ཚོས་ནམས་ནི། །  
མངོན་སུམ་ཡིན་པར་བྱུང་བའི་སྤྱིར། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པས་  
སོ། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས། ཚོས་གང་ཞིག་དེ་ག་རང་མིན་པའི་ཚོས་ཀྱན་གྱི་རང་  
བཞིན་ལས་སྤྲོས་པ་ཙམ་ཞིག་སྤྱོས་དབྱེན་ན་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་བྱུང་བ་དེ།  
གཞན་སེལ་བའི་རྟོག་པའི་ངོར་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་བས་སུན་མོང་གི་སྤྱི་ཡིན་ལ་དེ་  
དང་རང་མཆན་གཅིག་ཉིད་ཏུ་འབྱུལ་བ་དེ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
གསུམ་པ་ཚྱོད་སྒྲུང་ལ། ཚྱོད་པ་དང་ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁཅིག་ན་རེ་གཤམ་  
ཏེ་དོན་ཁོ་རང་ལ་སྤྱི་མེད་ན། གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱི་དེ་ནི་སྤྱོད་བཏགས་ཙམ་ཡིན་  
པས་ན་དངོས་མེད་ལ་སྤྱི་ཞིག་བྱུང་གྱུར་དོན་དངོས་པོ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་  
ན་བྱེ་བྲག་བྱུང་བས་སྤྱི་བྱུང་བ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་དང་། སྤྱི་ཞིག་པས་  
བྱེ་བྲག་ཞིག་པ་བྱུང་བྱེད་མ་དམིགས་པ་སོགས་རྟོག་གའི་ནམ་གཞག་དང་།  
འདིག་རྟེན་ན་སུམ་པར་རྒྱ་འོན་ཅིག་ཅས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་ཐམས་  
ཅད་འདིག་ཅེ་ན། གཉིས་པ། དགག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་རང་སྤྱི་སོ་སོར་བྱེས་  
ནས་མི་བྱེད་གྱི་དོན་རང་མཆན་དྲུང་སེལ་བ་སྤྱོད་བཏགས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་  
ཉིད་ཏུ་འབྱུལ་ནས་དགག་སྐྱབ་གྱི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན། དགག་སྐྱབ་རི་ལྟར་  
བྱས་ནས་ཞུགས་པ་ལྟར་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱི་དོན་དབྱེད་པས་རི་ལྟར་བཅད་  
པ་ལྟར་མཐོང་བར་རྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ཐོབ་པ་ཙམ་གྱིས་ཚད་མ་དག་གིས་

བྱ་བ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཚུལ་དེ་གིན་ཏུ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
མཇུག་བསྒྲུ། གསལ་བ་ལས་ཐ་དད་པའི་སྤྱི་འདོད་པ་ལྷན་སྒྲུག་པ་ལམ་བྱེ་  
བྲག་པ་དང་། སྤྱི་གསལ་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་མུ་སྟེགས་གངས་  
ཅན་པ་ཡིན་ལ། གངས་ཅན་པ་རྣམས་གངས་ཅན་པ་དེ་ཡི་རྩིས་སྤྱེ་འབྲང་  
ནས་སྤྱི་སོགས་དོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱང་སྤྱི་དོན་ལ་མེད་པའི་སེལ་བར་  
འདོད་པ་ནི་དཔལ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པ་དང་ས་སྤྱེ་བརྟེན་བདག་ལ་སོགས་པ་  
མཁུས་པའི་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །བསྐྱེད་པའི་ཆོགས་སྤྱེ་བཅད་པ་འོ། །  
ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་བརྟེན་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་  
གསུམ་པ་འོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུབ་སེལ་གྱི་རྟོགས་ཚུལ་ལ། འཇུག་ཚུལ་སྤྱིར་བརྟན་པ་དང་། མོ་  
སེལ་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ། དེ་རྟེན་རྟོགས་པའི་ཕན་ཡོན་གསུམ། དང་  
པོ། རྟོག་མེད་ཤེས་པ་རང་ལུལ་ལ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་ཏེ་སྒྲུབ་ཅམ་གྱིས་  
བྱ་བ་རྫོགས་པས་སོ། །སྒྲོ་རྟོག་ཐམས་ཅད་རང་ལུལ་ལ་གནམ་སེལ་གྱི་སྒྲོ་  
ནས་འཇུག་སྟེ་སྒྲུབ་ཅམ་གྱིས་བྱ་བ་མི་རྫོགས་པར་རིགས་མི་མཐུན་སེལ་པའི་  
བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུབ་སེལ་དེ་དྲག་འབྲུལ་པ་དང་མ་འབྲུལ་པའི་དབྱེ་  
བས་གཉིས་གཉིས་རྣམས་པ་བཞི་ཡོད་དེ། སྒྲུབ་པ་ལ་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་གཉིས་  
སེལ་པ་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མ་ལོག་གཉིས་ཏེ་བཞི་འོ། །དེ་ལ་དང་པོ་རང་མཚན་  
མེད་པ་མཐོང་བ་འབྲུལ་ཤེས། དེ་ལ་དབང་པོ་དང་ཡིད་བསྐྱེད་པ་གཉིས། །

རང་མཚན་ཡོད་པ་མཐོང་བ་མ་འབྲུལ་བ། །དེ་ལ་དོན་རིག་དང་རང་རིག་  
གཉིས་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ལྷང་བ་དང་སེལ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
ལྷང་བའི་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས། གློས་འཛིན་སྟངས། གློ་དང་དོན་མཐུན་  
ཚུལ་གསུམ། དང་པོ། ཡུལ་དོན་རང་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་དཔེར་ན་  
བེལ་རྩུ་ལ་སྟོན་པོ་དང་བྱས་མི་རྟག་ལྟ་བུ་རྣམས་དོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་དོན་  
གྱི་སྟངས་ན་ཐ་དད་དུ་མ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་གཏན་ནས་མི་སྟོན་ཅིང་དོ་བོ་ཐ་དད་  
དུ་མ་ཡིན་པའི་ཚས་རྣམས་དོན་གྱི་སྟངས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ནས་ཡང་མི་  
སྟོན་ལ་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་གྱི་རྣམ་གཅིག་ལ་གསལ་དང་མི་གསལ་གྱི་ཆ་གཉིས་  
སྟ་ལྷང་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཡུལ་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེས་ན་གློ་འཛིན་  
སྟངས་ཀྱང་མཛོན་སྟུང་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་གྱི་སྟངས་ན་རི་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་  
ལྷང་བ་ཡིན་པས་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཐ་དད་སྟངས་བ་མེད་།དེ་བཞིན་ཐ་དད་པའི་  
ཡུལ་གཅིག་ཏུ་སྟངས་མི་སྟོན་ཅིང་། ལྷང་བས་འཇུག་ལ་ཡུལ་ལ་གང་གནས་  
ཅིག་ཆར་ལས་ཚས་འགའ་ཞིག་སྟངས་འགའ་ཞིག་མི་སྟངས་པའི་དེས་འཛོག་  
མེད་དེ། དཔེར་ན་གཟུགས་མེ་ལོང་ལ་གར་ཆོ་གཟུགས་གྱི་མདོག་  
དབྱིབས་རི་ཡོད་འཆར་བ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལ།

གློ་དོན་རི་ལྟར་མཐུན་ཚུལ། དེས་ན་མཛོན་སྟུང་མ་དེས་པར་བསྒྲུབ་པ་གཉིས།  
དང་པོ། ཡུལ་ལ་རི་ལྟར་གནས་པ་ཡི་སྟབས་གྱི་གྱིས་འཛོན་པའི་དབང་  
ཤེས་སྟེས་པས་ན། ཡུལ་དེ་མེད་ན་དེ་འཛོན་དེ་མི་འབྱུང་བའི་བྱབ་པ་དེས་

པའི་ཕྱིར། ཡུལ་ཅན་སྒོ་ཡུལ་དོན་ལྟན་ལྟན་འཛོལ་བ་མེད་དོ། །འདིར་གང་  
 རོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་ན་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་གི་ཆ་གཉིས་མེད་པས་བྱུང་བ་  
 འདི་ལ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་རྣམས་ལ་མི་གཟུང་གི་དབང་  
 གོ་ལ་གང་སྒྲུང་བ་དེ་ཙམ་ཀྱི་རྣམས་དེ་ཉིད་ལ་གཟུང་དགོས་ཏེ། བསྟན་བཅས་  
 ལ་གྲགས་པའི་སྒྲུ་མཆོད་ཀྱི་རྣམས་ཡིན་པ་གནད་ཀྱི་དོན་ཏོ། །གཏན་ཚིགས་  
 འདི་ལ་སྟོགས་ཚེས་དང་བྱུང་བ་སྐྱབ་ཚོད་སྒྲུང་ནམས་ཟུར་མཆོད་དུ་བལྟའོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། མདོན་སྒྲུམ་མ་ངེས་པར་བསྐྱབ་པ་དང་། སེལ་བ་ལས་གཞན་  
 དུ་ངེས་པ་མི་འཐད་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་།  
 དེ་ལ་ཚོད་སྒྲུང་གཉིས། དང་པོ། དེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་ཆོད་མ་ཡང་། རྟོག་མེད་  
 ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ཕྱིར་ངེས་མི་དགོས་ཏེ་ངེས་པ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་སོ། །གཉིས་  
 པ་ཆོད་མ་མིན་པར་ཐལ་བའི་ཚོད་སྒྲུང་ནི། འོ་ན་དངོས་སྒྲུ་སྒྲོ་འདོགས་མ་  
 བཅད་པའི་ཕྱིར་ཆོད་མ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། མདོན་སྒྲུམ་རྟོག་བྲལ་ལ་ངེས་པ་མེད་  
 གྲང་ཡུལ་ལ་མ་འཁྱུལ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོད་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་  
 བ་དེས་དགག་སྐྱབ་ཅི་རྒྱར་བྱེད་ཟེར་ན་འཁྱུལ་སྐྱུ་མེད་ན་མདོན་སྒྲུམ་ཆོད་མ་  
 དེ་འཁྱུལ་ཡོད་ན་དེ་ཁོ་ནས་རྟོག་ངོར་ངེས་མི་རུས་གྲང་རྗེས་དཔག་གི་ཆོད་མ་  
 གཞན་གྱི་སྟོབས་ཉིད་ལས་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་ནས་ངེས་པའི་དབང་གིས་དགག་  
 སྐྱབ་བྱེད་པ་ཆེས་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། སེལ་བ་མིན་པའི་ངེས་  
 པ་ཡོད་པ་དང་། སེལ་བ་མིན་པའི་སྐྱ་རྟོག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡོད་པར་འདོད་པ་

དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྩོམ་པ་གཞན་སེལ་དུ་བསྐྱབ་པ།  
 དེས་པའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པའི་ཚུལ། དེ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 བར་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་གི་ཕྱོག་པ་  
 ལ་གཞན་སེལ་འཇུག་མོད། རྩོན་པོའི་རང་ཕྱོག་དེས་པ་འདི། རྟོག་པ་ཡིན་  
 བས་མངོན་སུམ་དུ་མི་རུང་ལ། རྟགས་ལ་མ་ལྟོས་པས་རྗེས་དབག་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ཅིང། འགལ་བྱེ་མ་བཅད་པས་གཞན་སེལ་དུ་ཡང་མི་རུང་ངོ་ཞེན།  
 དོན་ཆ་གས་མ་ཐུབ་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་ནས་དེའི་རྗེས་བྱུང་གི་ཤེས་པས་  
 རྩོན་པོའི་ཞེས་སྒྲིའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་པ་སྒྲོན་པོའི་ཕྱོག་པ་དེས་པ་ནི། རྟོག་པ་  
 ཡིན་ཕྱིར་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ལ་དེས་སྒྲོ་མིན་བཅད་པའི་གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་  
 ཡིན་ཅིང། སེལ་བ་ལ་དངོས་ཡུལ་མེད་པས་སྐྱང་བརྟག་གཅིག་དུ་འབྱུལ་  
 བས་ཞུགས་པ་ན་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆོན་ཐོབ་པ་ཡིན་ཅིང་དེ་ཡང་ཁ་ནང་དུ་  
 བལྟ་བ་ལ་རང་རིག་ཡིན་པས་མ་འབྱུལ་བའི་ཚད་མར་འདོད་དོ། །གཉིས་  
 པ། རྩོམ་པ་ལ་དེས་པ་ཡོད་པ་དེས། དེ་མིན་འགལ་བྱེ་གཞན་གྱི་ཆ་གས་  
 རྩ་སྒྲོ་མ་བཟགས་པ་དེ་ཉིད་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་  
 དེས་སྒྲོ་འདོགས་དེ་གཉིས་སྐྱང་སྟན་ལྟར་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ། དེ་བཞིན་དུ་དེས་པ་དང་ནི་དེ་མིན་དུ་སྒྲོ་འདོགས་  
 གྱི་ཡིད་གཉིས་ཀྱི་འང་གཞན་སེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེས་སྒྲོ་  
 འདོགས་དེ་དྲག་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ཞེས་རིགས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐུན་

པས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྒྲུབ་ཡུལ་ལ་སྒྲུ་རྟོག་མི་འཇུག་ཚུལ་ལ།  
 སྒྲུབ་ན་དགག་སྒྲུབ་ཅིག་ཆར་རྟོགས་པར་ཐལ་བ། རོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་  
 གྲངས་སུ་ཐལ་བ། ལྷོག་པས་དབྱེན་སེལ་བར་འགྱུར་བ་གསུམ། དང་པོ།  
 གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་མིན་པར་སྒྲུ་དང་ངེས་པ་ཡང་དངོས་པོ་སྒྲུབ་པས་འཇལ་ན་ཅི་  
 སྒྲོན་ཟེར་ན་སྒྲོན་ཡོད་དེ། དེ་མིན་གཅོད་པའི་མིང་གི་སྒྲུ་དང་དེ་ལྟར་ངེས་པའི་  
 རྟོག་པ་ཡི་རོན་དེ་དག་སྒྲུབ་པས་འཇལ་ན་ནི། ཡིན་མིན་དང་ཡོད་མེད་གྱི་  
 དགག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡུལ་དེ་སྒྲུབ་ཅམ་ན་ཅིག་ཆར་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ལྟར་ན་བུམ་པ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་ལ་བུམ་པའི་སྟེང་ན་གཟོད་དགག་  
 སྒྲུབ་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། བུམ་པ་སྒྲུབ་ཟེན་པ་དང་སྒྲུབ་པས་སྒྲུ་རྟོག་  
 གིས་འཇལ་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ། ཡང་སྒྲུབ་ཅམ་གྱི་དུས་ན་འཇལ་  
 གྱུ་དེ་ལས་གསར་དུ་སྒྲུ་རྟོག་གི་དུས་ན་གཤམ་རྒྱ་མི་མིན་དགོས་པས་རྟོག་  
 ཡུལ་དང་སྒྲུབ་ཡུལ་སོ་སོ་བ་མེད་པས་སྒྲུབ་ཡུལ་དེ་གཅིག་ཁྱེད་ལ་བུམ་པ་  
 བུམ་པ་མི་རྟག་སོགས་མིང་ཐད་དང་པའི་སྒྲུ་ངེས་པ་དེ་སྟེད་གྱིས་བརྗོད་ཅིང་དུ་མར་  
 བརྟགས་ན་ཡང་། ང་དང་བདག་ལྟ་བུ་མིང་ནི་རྣམ་གྲངས་ཅམ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་གྱི་རོན་ཐ་དད་ཐོབ་ཅིང་གེས་པ་མིན་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ།  
 ཁོན་པེ་སྒྲོན་མེད་དེ་བུམ་མི་རྟག་སོགས་རོན་དེ་ཉིད་ལ་ལྷོག་པས་འབྱེད་ཟེར་  
 ན་རོན་སེལ་བ་ཡིན་པ་ལ། དངོས་པོའི་མིང་གིས་བརྟགས་པར་ཟད་དོ། །  
 དེ་ལྟ་བུ་ནི་ལྷོག་པ་ལ་སྒྲུབ་པར་བརྟགས་པས་རྟོག་གའི་ཐ་སྙད་མི་གེས་པའི་

སྒྲིན་ཡིན་ཅིང་། སེལ་བ་དེ་ལ་སྒྲུང་བར་སྒྲོམ་པ་ནས་སའི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་སེལ་བ་ལ། མཆན་ཉིད། དེའི་རང་བཞིན། དེ་ལ་ཅུང་སྤྲོད་གསུམ།  
 དང་པོ། གཞི་དེ་ཅིག་ཤོས་ཡིན་མི་སྤྲོད་པ་སའ་དེ་མིན་གྱི་དངོས་འགྲུལ་བཅད་  
 བའི་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ནི། གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་ནས་  
 འཛིན་སྤངས་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། སེལ་བའི་  
 རྣམ་གཞག་དང་། དེའི་རབ་དབྱེ། ཐུན་མོང་དུ་མཇུག་པ་སྤྲུག་གསུམ། དང་པོ་  
 ལ། ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་དང་། སྒྲོས་འཛིན་སྤངས་གཉིས། དང་པོ་  
 གཞན་སེལ་དེ་རྟོག་པས་བརྟགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲོ་དོ་ཅམ་ལས་སེལ་  
 བ་རང་རྒྱ་བ་ལ་དངོས་གྱི་ཡུལ་ལས་ཡུལ་རང་མཆན་ནས་མཆན་ཉིད་བ་མེད་  
 གྲང་སྒྲུང་བརྟག་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བའི་འཇུག་ལྟོག་གི་ཡུལ་ནི་རང་མཆན་ལ་  
 དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་གང་གིས་གང་རི་ལྟར་སེལ་ཚུལ་སོགས་  
 དཔྱད་པ་ནི་བྱུང་མཆན་དུ་གསལ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། ཐུ་བཞིའི་འཛིན་སྤངས་  
 སྒྱིར་བསྟན་པ་དང་། བསྒྲོག་པ་གཉིས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 དེ་ལ་དོན་གྱི་སྤྲོད་ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལན་ཚུན་འདྲེ་བ་མེད་གྲང་རང་མཆན་  
 གཅིག་ཡིན་པ་དང་ཐ་དད་ཡིན་པ་ལ། སེལ་བའི་འཛིན་སྤངས་དོན་བཞིན་  
 དུ་བཟུང་བ་དང་བསྒྲོག་སྟེ་བཟུང་བ་གཉིས་ཏེ་ཐུ་བཞི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། ཐ་དད་ཁོ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། གཅིག་ལ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་  
 བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན། སྒྲོ་འདོགས་

པའི་སྒྲིའི་རྣམ་པ། སྒྲོ་བདག་པའི་དགོས་པ་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལས་བསྒྲིག་  
 པ་གཉིས་འདིར་བཤད་དགོས་པས་དང་པོ་ཐ་དད་གཅིག་ཏུ་འདྲིན་པའི་རྒྱ་  
 མེས་བསྐྱེད་ཆུས་ངོམས་པ་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་དང་ཡལ་འདབ་ལྡན་པ་དང་ནོག་  
 སྒྲིག་ཤལ་ལྟ་བུ་མཚན་ཉིད་གཅིག་པ་རྣམས་ལ་གཅིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་བ་སྤང་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། སྒྲོ་ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་བག་ཆགས་སྟོབས་ཀྱིས་  
 འདི་རྣམས་ནི་མེད་ཆུང་གིང་ངོ་བོ་ལང་ངོ་ཞེས་སྒྲིག་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 བོ། །གཉིས་པ། འོན་ཏོན་ཐ་དད་ཡིན་པར་མཚུངས་པ་ལ་དེས་བཞག་  
 པའམ་དེའི་འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ཡང་འདྲ་དགོས་པས་འདི་ལྟར་དཀར་ཟལ་དང་  
 བག་རྒྱར་ལ་བ་ལང་གཅིག་གི་སྒྲོ་སྒྲིབ་དྲང་དྲང་དང་བ་ལང་ལ་གཅིག་གི་སྒྲོ་  
 མི་སྒྲིབ་བར་ཐ་དད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲིབ་འགལ་ལོ་ཞིན། ཡལ་དབང་ཡིད་བྱེད་ཐ་དད་  
 པས་རྣམ་ཤེས་གཅིག་སྒྲིབ་པ་དྲང་ནི་སྒྲན་ཐ་དད་པས་ནད་ཐ་དད་སེལ་བའི་  
 བྱ་བ་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་ཅམ་དུ་འདྲ་བ་ཡིན་ཡང་འབྲས་  
 བུ་གཅིག་སྒྲིབ་མི་སྒྲིབ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་ཚེས་ཉིད་ཀྱིས་འཐད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 གསུམ་པ་དགོས་པ། གསལ་བ་ཡལ་དུས་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་དག་ག་  
 རྒྱུ་བྱི་བྱ་བ་སྒྲིག་ས་གཅིག་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ་གིང་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་  
 གིང་ཐམས་ཅད་མེད་པར་གོ་བ་ཡིན་གྱི་གསལ་བ་རེ་རེ་ནས་མེད་ཅེས་བརྗོད་  
 རྒྱར་མི་རྣམས་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན། སྒྲོ་



འདོགས་པའི་སྒྲིའི་རྣམ་པ། བ་དད་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་གསུམ།  
 དང་པོ། གཅིག་ལ་བ་དད་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱུ་མཚན། གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིའི་  
 ཡུལ་བ་དད་པ་ས་ན། རོ་བོ་གཅིག་ལ་འདྲ་ཚེས་གཞན་བསལ་བའི་ཆ་ནས་  
 ལྷོག་པ་བ་དད་དུ་དབྱེ་བ་རུང་སྟེ། སྒྲིའི་བྱས་མི་རྟག་དང་། ཚེས་ཅན་བསྐྱབ་  
 བྱ་གཏན་ཚིགས་བ་དད་དུ་བྱེ་བ་ལྟར་དོ། །གཉིས་པ། སེལ་རོང་དེ་ལྟར་དབྱེ་  
 བའི་སྒྲིའི་དང་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་ལ་བ་དད་དུ་བཞག་པ་ལྟར། རྟོན་ལ་འདྲ་  
 བ་དད་ཉིད་དུ་ཡོད་པར་སྒྲོ་བཏགས་ནས་ཞེན་པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ། རོ་  
 བོ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་དེ་ལྟར་གཅིག་ཏུ་མ་རྟོགས་པ། དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་  
 བྱ་བྱིར་སྒྲིའི་ནད་རྟག་པ་མ་བྱས་པ་ལས་ལོག་པའི་སྒྲིའི་རྟག་བྱས་པ་སོགས་  
 རྒྱུ་རྣམས་པར་དབྱེ་ཞིང་དོན་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་སྒྲིའི་ཉིད་མི་རྟག་སོགས་རྒྱ་གོ་  
 བར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ། སེལ་བའི་རབ་དབྱེ་ལ། དབྱེ་བ་དངོས། དོན་  
 ལ་གཞན་སེལ་དགག་པ། སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་གསུམ། དང་པོ། གཞན་སེལ་  
 ལ་དབྱེ་ན་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཡོད་པ་གཞན་སེལ་དྲང་དགག་བྱ་འགོག་པ་མེད་  
 པར་འདྲིན་པ་ཡི་སྒྲོ་རྣམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གཞན་སེལ་རྣམས་པ་གཉིས། སྒྲིའི་དང་  
 སྒྲོ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིས་ཡོད་མེད་དེ་ཡང་གཉིས་གཉིས་ཡིན་ཏེ་ཡོད་པ་སྒྲིའི་གཞན་  
 སེལ་དང་། ཡོད་པ་སྒྲོ་ཡི་གཞན་སེལ་གཉིས། དེ་བཞིན་མེད་པ་སྒྲིའི་དང་སྒྲོ་འི་  
 གཞན་སེལ་གཉིས་ཏེ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་ལ། དམ་བཅའ་བ་དང་དེ་སྐྱབ་བྱེད་  
 ཀྱི་རིགས་པ་གཉིས། དང་པོ། དོན་ལ་གཞན་སེལ་དགག་ན། བོད་ཁ་ཅིག་

དོན་གྱི་གཞན་སེལ་ཞེས་ཡུལ་བཅའ་པོ་ལ་འདོད་པ་ཚོས་གྲགས་གྱི་དགོངས་པ་  
ལོག་ལྷོག་མ་བྱེ་བར་ཟད་དེ་འདི་ལྟར་གཞན་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་སྒྲོ་ཡི་འཇུག་  
ཚུལ་ཡིན་གྱི་བཅའ་པོའི་དོན་ལ་གཞན་སེལ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ལྷང་  
ཡུལ་གཞན་སེལ་དུ་མི་འབྱུང་། འབྱུང་ན་ལྷང་བར་མཚུངས་པར་ཐལ་བ་གཉིས།  
དང་པོ། དེ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚོན་དོན་གྱི་གཞན་སེལ་བ་ཞེས་གྲགས་པ་ནི་རང་  
མཚོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ནི་ལྷང་བའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་གྱི་རྟོག་ཡུལ་སེལ་  
བ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ། གལ་ཏེ་སེལ་བ་དོན་ལ་ཡོད་ན་རྟོག་མེད་  
གྱི་འདོན་སྟངས་ལྷང་བ་འདྲ་དོན་ལ་ཡོད་པར་མཚུངས་པར་བསྐྱེད། གལ་  
ཏེ་ལྷང་བ་དེ་དོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་ན་དོན་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་སྟེང་ན་  
ལྷང་བ་ཡོད་ཅིང་དེ་ལྟར་ན་དོན་ཡོད་ཅིང་གྱིས་ལྷང་བར་ཐལ་བས་ན་ཡོང་བ་  
རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ། ཡོད་པ་སྐྱ་སྒྲེའི་  
གཞན་སེལ་དང་། མེད་པ་སྐྱ་སྒྲེའི་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཉིས། དང་  
པོ་ལ། མཚོན་ཉིད། དབྱེ་བ། སོ་སོའི་དོན་གསུམ། དང་པོ། དངོས་པོའི་  
གཞན་སེལ་གྱི་མཚོན་ཉིད་ནི་སྒྲོ་ངོར་དངོས་པོ་གཟུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་མེད་  
དོན་བྱེད་མི་རྣམས་པ་གཅོད་པ་སྟེ། དེས་ན་ཡོད་པའི་སྐྱ་རྟོག་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
གཅོད་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་དེ་ལ་དབྱེ་  
ན་མཛོན་གྱུར་ཏུ་ངེས་པ་ལྷང་བ་ལ་སེལ་བས་ཞུགས་པ་དྲང་ནི་རྟོག་གྱུར་ཏུ་  
ངེས་པ་མི་ལྷང་བའི་ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་དོ། །གསུམ་པ་ལ།

སྒྲུང་བ་མངོན་སྒྲུང་ལ་ངེས་པ་དང་། མི་སྒྲུང་བ་ལྟོག་སྒྲུང་ལ་ངེས་པའི་གཞན་  
 གེལ་གཉིས། དང་པོ། དབང་ཤེས་ལ་བུམ་པ་རུང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲུང་བ་  
 མངོན་སྒྲུང་ཡིན་ལ། དེ་ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་མིན་རྟག་མི་རྟག་སོགས་མིང་བཏགས་ཤིང་  
 རྟོག་པས་ཡིན་མིན་འབྱེད་པའི་རྗེས་ཀྱི་ངེས་ཤེས་དེ་སྟོན་པ། སྒྲུང་དེ་རྟོག་  
 བས་རྣམ་པར་བྱེ་བས་ན། གཞན་སེལ་བ་ཡི་སྒྲོ་ནས་ལྟོག་ཆ་སོས་པ་བྱེ་བ་  
 ཡི་ཡུལ་དུ་འགྱུར། རྟོག་མེད་ལ་ཡུལ་མངོན་སྒྲུང་བཞིན་པ་རྗེས་སུ་རྟོག་  
 བས་ངེས་པ་དང་། དེ་མི་སྒྲུང་བཞིན་རྟོག་པས་དབྱེད་པ་ཅུམ་ལས་དེ་གཉིས་  
 གང་ལྟར་ཡང་རྟོག་པ་རང་དོན་རང་མཚན་ཡོད་པ་མིན་པར་འདྲ་སྟེ། རྣམ་  
 པ་ཀྱུན་ཏུ་རྟོག་པའི་ཡུལ་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། རོ་བོ་དང་། དབྱེ་  
 བ་གཉིས། དང་པོ། དོན་རུང་གི་མཚན་ཉིད་མངོན་སྒྲུང་ལ་མི་སྒྲུང་བ།  
 རྟགས་ལ་ལྟོས་པ་དུ་བ་ལས་མེད་ངེས་པ་ལྟ་བུའམ་མི་ལྟོས་པ་མེད་སྟུམ་པ་  
 ལྟ་བུ་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་སྒྲོ་རོའི་དོན་དེ་སྒྲུང་དེ་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས།  
 ཡུལ་གང་ཞིག་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སུ་ངེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་སེལ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེན། བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་རྗེས་དཔག་གི་གཞན་སེལ་  
 དྲང་མི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་གཞན་སེལ་དང་མཐའ་གཉིས་  
 པ་ལ་འཇུག་པ་ཐེཛོམ་གྱི་གཞན་སེལ་ཏེ་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་རྣམ་པ་གསུམ་  
 ཡོད་དེ་ཐེཛོམ་ཡང་རྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐའ་གང་རུང་རེར་འཛིན་པ་སེལ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། མེད་པ་གཞན་སེལ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། དངོས་

མེད་སྣང་ཡུལ་མིན་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ། མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་མཆོན་  
ཉིད་ནི་ཡོད་པ་དོན་བྱེད་ནུས་པ་གཙོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་དབྱེ་  
ན་དག་ག་བྱ་གེས་བྱ་ལ་ཡོད་པ་གཙོད་པ་བུམ་མེད་སོགས་དྲུང་རང་མཆོན་  
གེས་བྱ་ལ་མེད་པ་ནི་རི་རྩ་རྟག་དངོས་སོགས་གཙོད་པ་ཡི་སྟོན་ནས་མེད་པ་འི་  
སེལ་བ་ནུས་པ་གཉིས་ཡོད་དོ། །གསུམ་པ་ལ། སྣང་ཡུལ་དུ་མི་རུང་བ་འི་  
འཐད་པ། དེ་ལ་ཚུད་སྤང་གཉིས། དང་པོ། དངོས་མེད་སྣང་ཡུལ་མིན་ཏེ་  
དངོས་མེད་ལ་རང་གི་དོ་བོ་ཡོད་པ་མིན་པ་ས། དོ་བོ་མེད་པ་དེ་ནི་སྣང་ཡུལ་  
ལམ་གེས་བྱ་ཉིད་མིན་པ་དེས་ན་དངོས་པོ་བསལ་བ་ཅམ་ལ་གཞན་སེལ་  
གྱི་སྟོན་ནས་དངོས་མེད་ཅེས་ནི་བདག་ས་པར་ཟད་ཀྱི་དངོས་མེད་ལ་དོ་བོ་རང་  
མཆོན་ནམ། རང་རྒྱ་བྱུང་བ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་པོ་དང་མཚུངས་  
པ། ཆོད་མ་དང་འགལ་བ། གཤམ་པ་དང་འགལ་བ། ལུང་དང་འགལ་བ་  
སྤང་བ་བཞི། དང་པོ། འོ་ན་དངོས་མེད་མ་གྲུབ་པས་དངོས་པོ་འང་མ་གྲུབ་  
པར་འགྱུར་དོ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་རང་གི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པ་ནི།  
དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར་རྟོག་མེད་ཀྱི་སྣང་དོར་རང་དབང་  
གིས་སྣང་ཞིང་རྟོག་དོར་སེལ་བས་གྲུབ་ལ་དངོས་མེད་རྒྱ་ཡིས་མ་བསྐྱེད་པ་ས་  
དོ་བོ་མ་གྲུབ་མྱིར་སྣང་བས་མི་འགྲུབ་ཅིང་དངོས་པོ་བཀག་ནས་གཞོད་གཞན་  
སེལ་བ་འི་སྟོན་དོར་རྒྱུ་དགོས་པས་དེ་གཉིས་གཅིག་གཅིག་ལ་ལྟོས་མི་ལྟོས་  
ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་ཚྭ་གས་སྤྱང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ།

རི་བོང་རྩ་དང་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་མེད་མོད་གྱི། འདུས་མ་བྱས་གསུམ་  
 དང་རྟོག་བཅས་རྟོག་མེད་གྱི་འབྲུལ་ཡུལ་དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་སྤྲང་  
 གཉིས། དྲར་སྤྲང་བ་ཡི་སྤྱིང་བའི་སྤྲང་ས་ཉིད་ལས་དེ་འཇལ་གྱི་ཆད་མ་དེ་  
 ཡི་ཡུལ་དེ་རྣམས་ཡོད་པར་གྲུབ་ཅེ་ན། གཉིས་པ། ཡུལ་དེ་དང་དྲར་སྤྲང་བ་  
 དེ་ནི་ཤེས་པ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་གྱི་ཤེས་པ་ལས་ཁྱད་ན་ཕྱིར་རམ་ཕྱི་རོལ་  
 གྱི་དོན་དུ་འདོད་ན་ནི་དེ་དོན་ཡིན་པར་ཆད་མས་གཞལ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་བརྟག་པ་བརྟག་མིན་ནམ་མཁའ་གསུམ་དང་།  
 འབྲུལ་ཡུལ་གཉིས་ལ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པའི་ཆད་མ་མེད་དོ། །གསུམ་པ་ལ།  
 སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། དེ་དག་གཤམ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་ལ། འོ་ན་གྲགས་པ་  
 དང་འགལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ནམ་མཁའ་མེད་ན་འདི་གཉིས་ནི་ན་ས་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྱུང་  
 ལྟའི་ཡ་གྲུལ་དུ་བགངས་བ་དྲང་། བསྟན་བཅོས་ན་ནམ་མཁའ་དཔེར་བྱས་  
 པ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟའི་ཡ་གྲུལ་གཅིག་མེད་པས་འདི་གཉིས་དང་བསྟན་བཅོས་  
 གཉིས་དང་འགལ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ། སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་མེད་པ་དང་།  
 རྒྱན་དང་བྱ་གསྐབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། ནམ་མཁའ་  
 ཞེས་པ་དེ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་པ་ལས་ཅམ་ལ་བདག་སྤྱོད་དུ་དོན་དུ་ནམ་མཁའ་  
 ལ་རང་མཆོན་མེད་ཕྱིར་མདོན་སྤྱོད་དུ་འབྱུང་བ་མིན་ཏེ་རང་རིག་གིས་གྲུབ་  
 བ་ཤེས་པར་འབྱུང་ལ། དོན་རིག་མིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་གསུམ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་འབྱུང་རོ། །ནམ་མཁའ་ཆོས་གང་དང་ཡང་དེ་བྱུང་དང་བདག་གཅིག་པའི་

འབྲེལ་བ་མེད་ཕྱིར་རྗེས་དཔག་གིས་ཀྱང་ཡོད་པར་འགྲུབ་པ་མེད་པ་དེས་  
 རྟ་རྟམ་མཁའ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཆད་མ་གང་ཡང་མེད་པས་  
 དམ་བཅའ་ཅམ་དུ་ཟད་དོ། །གཉིས་པ། འོ་ན་སྔོན་པོར་སྒྲུབ་པ་དང་བྱ་གཞི་  
 རང་གི་ནམ་མཁའ་མངོན་སུམ་མཐོང་བས་གཞོད་དོ་སྒྲུམ་ན། རྒྱུན་གྱི་ནམ་  
 མཁའ་ཞེས་པ་སྟེང་གི་གནམ་སྔོན་པོར་སྒྲུབ་པ་འདི་ནི་རི་རབ་སོགས་ཀྱི་འོད་  
 སྔོན་པོ་སྒྲུབ་པའི་ཁ་དོག་ཡིན་གྱི་ནམ་མཁའ་མིན་ལ་བྱ་ག་ཏ་རེ་བ་ནི་དེར་  
 གཟུགས་གཞན་མ་མཐོང་བ་ཡི་ཆ་ཅམ་ཞིག་ཡིན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཉིད་མཐོང་  
 པ་མིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱུན་དང་བྱ་ག་ཡི་ནམ་མཁའ་སྔོན་པོ་དང་སྟོང་ཏ་རེ་བ་  
 དེ་ནི་ནམ་མཁའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་རུང་བ་མིན་ནོ། །བཞི་བ་ལུང་འགལ་སྒྲུབ་པ།  
 ཁོ་ན་རེ་ལུང་དང་འགལ་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་རྣམས་མ་གྲུབ་ན། ཏག་མི་ཏག་  
 གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་འདུས་མ་བྱས་ཏག་པར་གསུངས་ཤིང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་  
 ཀྱང་ཏག་པའི་ནམ་མཁའ་དཔེར་མཛད་པ་སོགས་ལུང་ལས་འདུས་མ་བྱས་  
 ཏག་པར་བཤད་པ་རྣམས་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། རིག་པ་ཅན་པ་སོགས་ལྟ་  
 སྟོགས་བྱེད་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲུབ་སོགས་ཉན་སྟོས་ཀྱི་ཏག་སྒྲུབ་གཉིས་པོ་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་ཡང་རྗེས་སུ་གྲུབ་པའི་ཏག་  
 པར་འདོད་ལ་དེ་མི་འཐད་ཅིང་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མི་ཏག་  
 པ་ལོག་ཅམ་ལ་ཏག་པའི་བྱ་སྒྲུབ་འདོགས་པར་མཛད་ཀྱི་ཡོད་ཏག་གི་གཞི་  
 མཐུན་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། མེད་པ་ཏག་ཉིད་ག་ལ་ཡིན།

ཞེས་སྒྲོ་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་སྣང་སེལ་ཐུན་མོང་  
མཇུག་བསྟ། དབང་གེས་ནི་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐ་སྣང་མི་བརྟོད་པར་སྣང་ཙམ་  
དུ་བརྟག་པ་ཡིན་པས་དཔེར་ན། རྒྱགས་པ་མིག་ཅན་དང་འདྲ་ལ། རྟོག་པར་  
རང་གི་ཡུལ་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ཡང་སེལ་བའི་དོར་ཡིན་མིན་སོགས་སོ་སོར་  
འབྱེད་པའི་བྱིར་ལོང་བ་སྒྲུ་མ་ཐུས་དང་འདྲ་ཞིང་རང་རིག་མེད་ན་མཐོང་རྟོག་  
ཐ་སྣང་རི་སྟོང་ཀྱང་མེད་ལ་རང་རིག་གིས་མྱོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་མེད་ཀྱི་  
ཡུལ་ལ་རྟོག་པས་འཇུག་པས་ན་རང་རིག་དབང་པོ་ཆོང་བ་ཡིས་རྟོག་རྟོག་མེད་  
ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཡི་བརྟོ་སྒྲོད་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་བྱ་བ་དཔར་  
སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོག་ས་སུ་བཅུད་པའོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་སྟོང་ལ། སྤྱི་མེད་ན་བད་སྟོར་པ་མི་མྱིད་པ་སྤང་བ། གཞན་  
སེལ་ཡིན་ན་པན་ཚུན་བརྟེན་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ། གཅད་བྱ་མེད་པ་ལ་གཞན་  
སེལ་མི་འཇུག་པ་སྤང་བ། སེལ་བ་དངོས་པོར་གྲུབ་མ་གྲུབ་བརྟག་ན་མི་  
འཐད་པ་སྤང་བ། སེལ་བ་ལ་སྤྱི་མེད་ན་གཞི་མཐུན་མི་མྱིད་པའི་ཚོད་པ་སྤང་  
བ་ལ། དང་པོ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། བྱེ་བྲག་པ་ན་པེ།  
བརྟོད་བྱ་སྤྱི་དོན་ལ་མེད་པའི་བྱིར་ན། དེས་བཞག་པར་གྱུར་པ་སྤྱི་དེ་ཡི་རྟོད་  
བྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟ་ན་སྤྱིའི་ཐ་སྣང་ཐམས་ཅད་རྒྱན་  
ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་འབྱུང་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ། ལན་  
དང་། དེ་མི་འཐད་པའི་སྟོན་བརྟོད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། སྒྲ་རྣམས་ནི་

ཡུལ་སྒོན་དུ་གྲུབ་ཟིན་ནས་དེས་ཚུར་བཞག་པ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་མེད་དེ་འདི་  
 ལྟར་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་པར་སྒྱུར་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། རྗོད་བྱེད་  
 ཀྱི་སྒྲིམ་མཉམ་འབྱུང་བ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དང་པོ་ནས་བརྗོད་བྱའི་ཡུལ་ཡོད་པ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་སྒྲོན་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་ལན་  
 གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ་གལ་ཏེ་སྤྱི་ཡི་སྒྲིམ་མཉམ་དོན་གྱི་སྒྲོན་པ་ཞག་པ་  
 མིན་པ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་བརྗོད་པ་དག་གིས་ཚོས་བརྗོད་པའི་སྒྲིམ་དང་ཚོས་ཅན་  
 བརྗོད་པ་ཡི་སྒྲིམ་གཉིས་སྒྱུར་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་དོན་ཐམས་ཅད་རང་  
 མཚན་རྒྱུང་བ་མ་འདྲེས་པ་སྤྱི་དང་བུལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རེ་ཞེ་ན། གཉིས་པ།  
 དོན་གྱི་དོ་བོ་རང་མཚན་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་ལ། བྱེད་པར་གཞན་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་  
 གི་བརྗོད་འདོད་སྟོབས་ཀྱིས་གང་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ཏུ་གོ་བའི་སྒྲིམ་  
 དུ་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲིམ་གཉིས་སྒྱུར་བར་ཟད་ཀྱི་སྒྲིམ་གཉིས་ཀྱི་  
 ཡུལ་སྒོ་སྒོར་གྲུབ་པ་དོན་གྱི་སྤྱིང་ན་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ཚུད་པ་དང་།  
 ལན་གཉིས། དང་པོ། རྒྱལ་དཔོགས་པ་ན་རེ་གིང་གོ་བ་ལ་དངོས་འགལ་  
 གིང་མིན་གཅོད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲིམ་ཡིན་ནོ་ཟེར་བའི་ཡུགས་ལྟར་ན་དེ་དང་  
 དེ་མིན་གོ་བ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་པན་ཚུན་བརྟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཅིག་རྒྱུང་  
 བར་འཛིན་པ་མ་གྲུབ་པས་ཅིག་གོས་རྒྱུང་མི་གྲུབ་ལ་མཐར་གཉིས་ཀྱི་མེད་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་གིང་གོ་བ་གིང་མིན་ལ་ལྟོས། གིང་མིན་གོ་བ་  
 གིང་ལ་ལྟོས་པས་གང་རུང་ཆིག་རྒྱུང་འཛིན་པ་མི་སྤྱིད་ཅིང་གཅིག་མ་བཟུང་



ན་གཅིག་གོ་བ་མི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐ་སྟངས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ཆད་  
 པར་འབྱུང་བ་དེས་ན་དེ་མིན་བཅད་པའི་གཞན་སེལ་གྱི་བདར་བཏགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་མི་སྤྲོད་ཅིས་ཟེར་རོ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། མགོ་མཚུངས་དང་།  
 རྒྱལ་མའི་ལན་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་སྒྲིལ་སྤང་དགག་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། དངོས་པོའི་རིགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་འདོགས་པར་འདོད་  
 པ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ཤིང་ཞེས་པའི་བརྟེན་དེས་དངོས་འགྲེལ་ཤིང་མིན་མི་གཅོད་  
 ན། ཤིང་དེ་ཡི་དོ་བོ་རྟོགས་མི་སྤྲོད་དེ། ཤིང་འོན་ཅིག་ཅིས་པའི་སྒྲིལ་དེས་ཆུ་  
 ལྟ་བུ་གཅིག་མ་བཅད་ན། དེ་དང་ཐུན་མོང་དུ་གོ་བར་འབྱུང་གྱི་ཤིང་ཁོ་ན་  
 ལ་གོ་བ་མི་འཐད་ལ། གཅོད་ན་ཡང་བརྟེན་མ་སྒྲུར་གོང་དུ་ཤིང་གི་དོན་འཛིན་  
 ན་ནི་བརྟེན་སྒྲུར་མི་དགོས་ལ། མི་འཛིན་ན་ཤིང་ཞེས་བརྟེན་པའི་ཆོལ་འང་  
 འགྲེལ་བྱས་ཤིང་མིན་མ་རྟོགས་པ་སྤྲོད་ཤིང་མི་འབྱུང་ལ་དེ་ལྟར་ཤིང་དགག་  
 སྒྲུབ་གྱི་ཐ་སྟངས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འབྱུང་རོ་ཞེས་གང་སྒྲུས་པ་དེ་ཁྱོད་རང་  
 ལ་མཚུངས་པར་འཁོར་བ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ངེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། སྒྲིལ་སྤང་  
 དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེའི་ལན་དུ་སྒྲིལ་དངོས་སྒྲུབ་རྣམས་  
 ན་རེ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་དངོས་འགྲེལ་བས་ལྟ་དགག་པ་སྒྲིལ་དུ་འགྲོ་བའི་སྒྲི་  
 ནས་དངོས་པོ་དེ་མི་སྒྲུབ་ལ་འོན་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་རྒྱུད་པར་འདོད་པས་ཡལ་ག་  
 ལོ་འདུབ་ལྟར་པའི་ཤིང་གཅིག་མཐོང་བ་སྤྲོད་དེ། དེ་ལ་འདི་ཤིང་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བརྟེན་ཁྱེད་ལ་བྱིས་ཐ་སྟངས་འདོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དུས་ན་འདྲ་སྒྲིལ་པ་དེ་དང་

འབྲེལ་བའི་རང་མཚན་དེ་ནི་དྲོགས་པ་ཡིན་གྱི་དགག་པ་ལ་མི་སྟོན་པས་  
 སྟོན་མེད་ཤེ་ན། གཉིས་པ། འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་དང་པོ་བརྟེན་ཡི་དུས་ན་མི་ལྟན་  
 དང་མི་སྲིད་རྣམས་གཅོད་ཅུ་བཟུང་སྟེ། འདི་ཡང་ཤིང་ཡིན་ལ་གཞན་ཤིང་  
 ཡོད་ཅིས་ཤིང་མ་ཡིན་པ་གཞན་མ་བཀག་ན་ནི་ཐ་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་ཤིང་ཞེས་  
 བའི་སྒྲ་དེས་རྟོག་པོར་སྟོན་པ་ཡང་ཤིང་དུ་དྲོགས་པས་འདོད་པའི་ཤིང་དེ་བརྟེན་  
 དེས་མི་འགྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་འདི་ཁོ་ན་ཤིང་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡལ་ལོ་མི་ལྟན་པ་  
 གཞན་ཤིང་ཡིན་པ་བཀག་སྟེ་གཞན་ལྟན་རྣམས་གཅོད་དུ་སྦྱོར་ན་ཐ་སྟོན་གྱི་ཆོ་  
 བརྟེན་དེས་འདོད་བྱ་ཤིང་འགྲུབ་མོད། འོ་ན་ཀྱང་དེ་ནི་ཤིང་མིན་གཞན་བསལ་  
 བའི་གཞན་སེལ་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྣམས་ལན་ལ། དངོས་དང་།  
 དྲོགས་སྒྲུང་གཉིས། དང་པོ། རེད་ཀྱི་ལུགས་ལ་འདི་ལྟར་ཡལ་ག་ལོ་མ་དང་ལྟན་  
 བའི་དོན་ཞིག་མཐོང་ནས། དེ་ལ་ཤིང་དེ་གི་བརྟེན་ཕྱིན་ཅིང་དེ་བཞིན་དུ་ཡལ་  
 ལོ་མི་ལྟན་པ་གཞན་ལ་རིགས་ཐ་དད་པ་ཤིང་མིན་དུ་བརྟེན་པས་ན་དེ་ལྟ་  
 བའི་བརྟེན་དེ་དྲོགས་བཅས་ཀྱི་སྟོན་རིགས་མཐུན་རྣམས་ལ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་ནས་  
 སྦྱོར་བར་བྱེད་དེ་བརྟེན་དུས་སུ་ཡལ་ལོ་ཡོད་མེད་ཕྱེ་ནས་འཇུག་དུས་སུ་རྣམ་  
 གཅོད་ལ་དངོས་སུ་མ་བརྟག་པར་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་བརྟེན་ཡལ་རིགས་ནི་རིགས་མི་མཐུན་གཞན་སེལ་བ་ལས་གཞན་  
 དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། འོ་ན་སྒྲ་ཀུན་གཞན་སེལ་ཁོ་ནས་སྟོན་ན་  
 དེས་བཟུང་གི་སྒྲ་གཞན་ལྟན་རྣམས་གཅོད་ཁོ་ནས་སྦྱོར་དགོས་སམ་ཞེན་སྒྲ་

སྒྱུར་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལས་བསྒྲུབ་ནས་བརྗོད་བྱ་དེར་དངོས་སུ་འཇུག་  
 བའི་ཕྱིར་ཚིག་ཀླན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དེས་བཟུང་གི་སྒྲིང་པོ་ཅན་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་བུམ་པར་ཚུ་འོན་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ལ་བུམ་པའི་སྒྲ་དེས་གཞན་  
 ཁྱོར་བ་སོགས་གྱིས་ཚུ་ལེན་པ་མ་བཅད་ན་ཚུ་འོན་ཅིག་ཅེས་པ་ཁོ་ན་བརྗོད་  
 རིགས་གྱི་བུམ་པ་བརྗོད་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚུ་ཞེས་པའི་  
 སྒྲ་དེས་གཞན་ཕྱག་དར་སོགས་མ་བཅད་ན། འོན་ཅིག་ཅེས་པ་ཁོ་ན་བརྗོད་  
 རིགས་པ་དང་། ཡང་དེ་བཞིན་འོན་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་དེས་གཞན་མི་ལེན་པ་  
 མ་བཅད་ན་དེ་བརྗོད་གི་ལ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བས་སྒྲ་དེ་དག་གིས་བཅད་པ་  
 ལྟར་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་ཡང་དེ་ལྟར་དེས་ཏེ། ཤིང་ཞེས་པས་རྟོ་བོང་པ་  
 སོགས་གཅོད་ཀྱི་གཤམ་སོགས་མི་གཅོད་པ་ལྟར་རྟོག་པའི་འགལ་བྱ་དེ་མིན་  
 མ་བཅད་ན། དེ་དང་ཐུན་མོང་གི་སྒྲར་གྱུར་ནས་ལོག་པ་ཐུན་མོང་བ་སྒྲོར་མི་  
 གྲུབ་པོ། །འདིར་ཤེས་བྱ་ལ་གཞན་སེལ་གྱིས་མ་བྱུང་པར་སྒྲ་བ་རྣམས་ནི།  
 རྟོག་གེ་ཤེས་རྣམས་ཀྱང་རྟོག་གེའི་གསང་གནད་མ་ཐོག་པ་སྟེ། སྒྱིར་  
 ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་གཞན་སེལ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་སྟེ། སྒྲ་སེལ་གཉིས་ཀྱི་ལྷན་  
 བྱེ་བའི་སྒྲ་བ་དེ་སེལ་བ་མ་ཡིན་ཡང་ཤེས་བྱ་ཡིན་ན་སྒྲ་རྟོག་གི་ཡུལ་ཅན་  
 ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ངོ་ཚོ། །དེའང་ཞིབ་པར་བྱར་མཆན་དུ་  
 བཤོད་དོ། །

གསུམ་པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཤེས་བྱ་དང་ཐམས་

ཅད་དང་མཐའ་དག་མ་ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་རྣམས་ལ་གཅད་བྱ་མེད་དེ་  
 མཐའ་དག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས་དེ་ལ་རྣམ་བཅད་ཀྱི་གཞན་སེལ་འཇུག་  
 པ་འགྲལ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། ཤེས་བྱ་སོགས་དེ་ལས་གཞན་པའམ་དེ་ལ་  
 མ་འདུས་པའི་དངོས་པོ་མེད་ན་ཡང་། དེ་མིན་སྒྲོ་བཏགས་པའི་སྒྲོ་རྣམ་  
 རྣམ་བཅད་ཡོད་དེ་ཤེས་བྱ་མིན་པ་སོགས་བཅད་ནས་ཤེས་བྱ་སོགས་སྒྲ་  
 རྒྱུ་པ་པོ། །

བཞི་པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་ལེ། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི་  
 འདོད་པའི་གཞན་སེལ་ལམ་ལྟོག་པ་དེ། དངོས་པོར་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 སྒྲི་དངོས་པོར་འདོད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲོན་དང་མཚུངས་ལ། དངོས་མེད་ཡིན་  
 ན་ཅི་ཡང་མེད་པས་དེ་བཞག་པའི་དགོས་པ་དང་དེ་ལ་རྩམ་པ་གང་ཡང་མེད་  
 པ་དེས་ན་ལྟོག་པ་ཞེས་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་ནི་མི་དགོས་ལོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 གཞན་ལན་མི་འཐད་པ་བསྟན། རང་གི་ལན་གང་བ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
 ལན་མི་འཐད་ཚུལ་དང་། མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་གཉིས། དང་པོ། འདྲི་ལ་  
 ལན་དུ་བོད་ཀྱི་རྟོག་གོ་བ་རྣམས་པལ་ཆེར་ནི་དངོས་མེད་ཀྱི་ལྟོག་པ་དངོས་  
 མེད་ཡིན་ཡང་དངོས་པོའི་ལྟོག་པ་དངོས་པོར་འདོད་དེ་དངོས་པོ་དང་དོ་བོ་  
 དབྱེར་མེད་དུ་ཡོད་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་ཡང་། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་སྒྲི་དགག་པ་ཡི་  
 སྒྲོན་བརྟེན་པ་འདྲི་ནི་གདོན་པ་དགའོ། །གཉིས་པ་ལ། རིགས་པ་དང་།  
 ལུགས་དེ་སྒྲུབ་བྱུང་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། རི་ལྟར་དགའ་ན་གིང་མིན་

ལས་ལྷོག་དངོས་པོ་དེ་ལོག་པའི་ཤིང་གི་བ་དང་གཅིག་གམ་ཐད་དང་ཅེས་དེའོ། །  
གཤམ་དང་གཅིག་ཡིན་ན་གཤམ་པའི་རང་བཞིན་དེ་གཞན་ལ་རྗེས་སུ་མི་འགོ་བའི་  
ཅན་མོགས་གཞན་ཤིང་མིན་པར་འགྱུར་ལ་ཕྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་འདོད་  
ཅིང་ཅན་མོགས་གཞན་ཤིང་ཡིན་ན་གཤམ་པའི་ཤིང་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ལྷོག་  
པ་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དངོས་པོ་དེ་ལས་གཞན་མིན་པར་ཁས་སྐྱངས་པའི་བྱིར་  
ན་ཤིང་ལྷོག་གི་བ་དང་ཐད་དང་པས་དོའི་རུམ་བཞིན་དུ་ཤིང་མ་ཡིན་པར་ཐལ་  
བར་འགྱུར་ཏོ། །

གཉིས་པ། སྤྱི་དང་ལྷོག་པ་དངོས་པོར་ཁས་ལེན་པ་དེས་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་  
གང་བཀག་པ་དེ་སྤྱིར་ནད་ཀྱིས་ཁས་སྐྱངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་བོད་འདིར་  
ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་བཟུང་ནས། བདག་གི་དྲ་ཆེན་པོའི་རིགས་པ་དེ་  
མ་མེད་པ་རྣམས་ཆོག་ཅིང་སྤྱི་བ་པའམ་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་དཔེར་ན་  
ནགས་ལ་གནས་པའི་སྤྱི་དྲུག་གིས་རང་གནས་བཟང་པོ་ལྷོན་པའི་ཤིང་ལ་  
མི་གཙང་བ་འཐོར་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
པའོ། །

གཉིས་པ་རང་ལན་ལ། ལྷོག་པ་དངོས་མེད་ཀྱིས་རང་མཆན་གོ་བའི་འཐད་  
པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཆན་ལོག་ལྷོག་གཅིག་ཏུ་འབྱུལ་ནས་གོ་བའི་རྒྱལ་གཉིས།  
དང་པོ། དེས་ན་བོད་ཀྱི་རྟོག་གི་ཕལ་ཆེ་བའི་འདོད་པ་དེ་མི་འཐད་པས་  
རང་ལུགས་ཀྱི་ལན་ནི། དེ་མིན་ལས་ལྷོག་པ་དེ་ནི་སྤྱོད་ཆོས་ཅམ་ལས་དོན་ལ་

མི་གནས་པས་ན་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་ཅིང་སྒྲོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལས་སྒྲོ་ཆོས་དེ་  
འདྲ་བ་འདི་ལྟར་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་བ་ན། དངོས་པོ་ཀུན་ལ་རང་མིན་ལས་  
ལྷོག་པ་སྒྲོ་བརྟགས་ཀྱི་ཆ་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་སེལ་བ་ལ་ནི་བཤད་མ་  
ཐག་པའི་སྒྲིན་འདི་མེད་དེ། དངོས་མེད་ཡིན་ཡང་ཐུན་མིན་རང་མཚན་ལ་  
སྒྲུང་བརྟག་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ནས་གོ་བ་འཐད་པའི་ཕྱིར་དགོས་ལྷན་མེད་པ་  
མིན་ནོ། །

གཉིས་པ། དེས་ན་ཤིང་ཞེས་པའི་སྒྲ་གཅིག་བརྗོད་ན་ཡང་ཤིང་མིན་དགག་  
བ་དང་ཤིང་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་པ་ནམ་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱི་བྱ་བ་གཉིས་དངོས་སུ་  
བྱེད་པ་ནི་མེད་དོ། །འོན་ལྷན་པ་གཉིས་པོ་དེས་ལོག་ལྷོག་སྒྲིན་པའི་སྒྲ་གཉིས་  
དངོས་སུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེན་མི་འགྱུར་ཏེ། ཤིང་དང་  
ཤིང་མིན་གྱི་ཆོས་གཉིས་དོ་པོ་གཅིག་པ་མི་སྤྲོད་ཅིང་། ལྷོག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
ཆོས་ཀྱི་དོ་པོ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པས། བརྟགས་པ་ལྷོག་པ་བརྗོད་པ་ནི་དྲི་ཀྱིས་ན།  
བརྟགས་པ་སྒྲོ་ཆོས་དང་མཐོང་བ་དོན་ཆོས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པས་བསྐྱེད་ནས་  
སྒྲ་དེས་ལོག་པའི་དངོས་པོ་དོན་རང་མཚན་གྲུབ་པར་གསུངས་ཏེ། ལྷོག་པ་  
རང་ཉིད་ལོག་པ་ལས་ཡན་གར་དུ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན། དེ་གོ་ཞིང་ལོག་པ་གོ་  
མི་རུས་ཀྱང་། ལྷོག་པ་རང་དབང་དུ་མ་གྲུབ་པས། སྒྲུང་སེལ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་  
པའི་བུམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཛོག་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ལྷ་པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། བྱེ་བྲག་པ་སོགས་ན་

རེ། ཐ་དད་ནམས་ལ་གཅིག་ཏུ་འདུ་ཁིང་འབྲེལ་བའི་ཐུན་མོང་གི་སྒྲི་གཅིག་  
མེད་ན། ལྷུང་ལ་སྔོན་པོ་དང་བ་ལང་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ། ལྷུང་ལ་དང་  
སྔོན་པོའི་ཚྭ་ཐ་དད་ནམས་གཞི་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བས། ལྷུང་ལ་དང་སྔོན་  
པོ་ལ་བུ་མཐུན་ཚྭ་དེ་གཉིས་འདུ་བའི་གཞི་མཐུན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་ལྷུང་ལ་  
དང་སྔོན་པོ་གཅིག་ཡིན་ན་མཐུན་ཚྭ་གཞན་མེད་ལ་ཐ་དད་ན་མཐུན་པའི་  
གཞི་མེད་པར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། སྔོ་ལས་ལྷུང་ལ་གཞན་དང་ལྷུང་ལ་  
ལས་གཞན་པའི་སྔོན་པོ་དོན་གྱི་སྟངས་ཀྱི་ཡོད་པ་མིན་ཡང་སེལ་བའི་དབང་གིས་  
ལྷོག་པ་དེ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཁིང་གཞི་མེ་རྟོག་གཅིག་ལ་བསྐྱས་ཏེ་སྔོན་པོ་འང་  
ཡིན་ལ་ལྷུང་ལ་ཡང་ཡིན་ཞེས་རྟོག་པའི་ངོར། ལྷུང་ལ་དང་སྔོན་པོའི་གཞི་  
མཐུན་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་སྟངས་དུ་འགྱུར་གྱི་ལྷུང་ལ་དང་སྔོན་པོ་གཉིས་ཡིན་པའི་  
གཞི་དངོས་ནི་རང་མཆོན་ལ་འཇུག་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་གཞི་  
མཐུན་ཞིག་ཡོད་ན་རང་མཆོན་སྟངས་ཀྱི་དོན་དགོས་ཀྱང་དེ་རང་མཆོན་ལྟར་  
བའི་དབང་པོའི་སྟོན་ཡུལ་མིན་པའི་ཕྱིར་དོན་ལ་གཞི་མཐུན་ལོགས་སུ་མ་  
གྲུབ་པོ། །

གསུམ་པ་སྒྲུང་སེལ་ལ་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན། སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་ནི་  
འདི་ལྟར་གེས་བྲུ་ལ་དབྱུང་བ་ན་སྒྲུང་ཡུལ་གྱི་སྒྲུབ་པ་དོན་རང་མཆོན་ནི་སྒྲིམ་  
བའི་འཇུག་ལྷོག་གི་ཡུལ་དངོས་ཡིན་ལ་དེ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་རྟོག་གའི་གསང་  
གནད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོག་གཅིག་ལ་གཞན་སེལ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་དྲང་གཞན་

སེལ་གྱི་འཇུག་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་རྣམ་དག་གི་ལྟ་བའི་མིག་དྲང་ཤེས་པའི་  
 སྒྲོ་སྒྲོས་གསལ་བ་གཉིས་ཚོགས་ཤིང་ལྟན་པ་ཡི་རྟོག་གི་བ་དེ་ཤེས་བྱ་ཡི་གནས་  
 ཚུལ་མ་ནོར་བའི་དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲོ་བེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲུག་དང་བུལ་བས་སྒྲུང་དོར་  
 སྒྲུ་བ་ན་ཀུན་མཁྱེན་དང་འདྲ་བར་མོངས་པ་མེད་ཅིང་མི་འཇིགས་པའི་བྱ་  
 མཚོག་གི་གནས་ཐོབ་པོ། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སྒྲུ་བཅད་  
 པ་འོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏིང་ལས་སྒྲུབ་པ་དང་གཞན་སེལ་བརྟག་  
 པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་བཞི་པ་འོ། །

གསུམ་པ་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ལ། དགག་གཞག་སྒྲུང་གསུམ། དང་པོ་ལ།  
 རང་མཚན་རྒྱུང་བ་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་དང་། སྒྱི་རྒྱུང་བ་བརྗོད་བྱར་འདོད་  
 པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བྱི་རོལ་གྱི་དོན་རང་མཚན་དང་། ཤེས་པ་  
 རང་མཚན་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བྱོགས་སྒྲུ་  
 དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ལྷ་སྟེགས་བརྗོད་པ་དག་བྱི་རོལ་གྱི་  
 བུམ་པ་ལ་སྟོགས་དོན་རང་མཚན་རྒྱུང་བ་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཏེ་བུམ་པ་འོན་ཅིག་  
 ཅེན་ཆུ་སྒྱུར་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེ་ལེན་པ་དང་ཆུ་འོན་ཅིག་ཅེན་ཆུན་གཤེར་  
 བརྟུང་རུང་དེ་ལེན་པའི་སྒྱིར་རོ་ཞེས་འགྲེལ་ཞེས་སྒྲུ་འོ། །གཉིས་པ་ལ། རང་  
 མཚན་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་མི་རྣམས་པས་དགག་ འདས་མ་འོངས་བརྗོད་བྱ་མིན་  
 བར་ཐལ་བས་དགག་ དབང་པོ་དགོས་མེད་ཏུ་ཐལ་བས་དགག་ དབང་པོས་  
 སྒྲོ་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འཛིན་མི་སྤྱིད་པས་དགག་པ་བཞི། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་



དེ་དོན་རང་མཚན་ནི་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་སོ་སོར་ངེས་པ་ནི། མཐའ་ཡས་ཕྱིར་  
ན་མིག་གིས་བལྟ་བ་དང་ལུས་ཀྱིས་རེག་སྟེ་འདི་བུམ་པའི་ཞེས་འཆད་པ་དང་  
ཉན་པ་པོས་བརྗོད་གདགས་པར་མི་རུས། གལ་ཏེ་རུས་སུ་ཚུགས་ཀྱང་ཕྱིས་ཐ་  
སྟོན་བྱེད་པའི་ཆེ་ན་ཡང་། གང་ལ་བརྗོད་བཏགས་པ་དང་པོའི་བུམ་པའི་རང་  
མཚན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་འཚོལ་བས་རྟེན་པར་དགའ་སྟེ་བརྗོད་  
དང་ཐ་སྟོན་སྐབས་ཀྱི་བུམ་པའི་རང་མཚན་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏེ་མ་  
རྟེན་ན་གཞན་གྱི་བརྗོད་ཡིས་གཞན་གྲོ་བ་མི་འཐད་དེ་ཀ་བའི་བརྗོད་སྟེ་བུམ་པ་  
བཞིན་ནོ། གཉིས་པ། གཞན་ཡང་ཁྱེད་ལྟར་ན་འདྲས་དང་མ་འོངས་པའི་  
བུམ་པ་ནི་སྒྲིམ་བཞིན་བྱ་ཉིད་དུ་བྱུང་བ་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ལ་འགག་  
པ་དང་མ་སྒྲིམ་ནས་རང་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ། གཞན་ཡང་སྒྲིམ་ཡིས་རང་མཚན་ཉིད་བཞིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་  
སྒྲིམ་དེ་བཞིན་ཆེ་རང་མཚན་མ་རྟོགས་ན་ཞིན་བྱེད་ཀྱིས་བཞིན་བྱ་མ་རྟོགས་  
པས་མི་འཐད་ལ་རྟོགས་ན་མིག་དབང་དང་སྒྲུབ་བཞིན་བྱེད་ལ་སོགས་དགོས་  
པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་བཞིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་མཚན་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
བཞི་པ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་དོགས་སྤང་གཉིས། དང་པོ་ལ། མིང་དོན་གྱི་  
འབྲེལ་བ་དོན་ལ་མེད་པའི་གཞན་སེལ་དུ་བསྟན་པ། དོན་ལ་ཡོད་ན་མི་འཐད་  
པའི་རིགས་པ་བཞིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། རང་མཚན་བསྟན་  
ཏེ་མིང་བཏགས་ཀྱང་སྒྱིལ་གོ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། དོན་རང་མཚན་ཐམས་

ཅད་མ་འདྲེས་པ་སེལ་བུ་ཡིན་པ་ལ་མིང་དོན་གཉིས་དངོས་པོའི་འབྲེལ་བ་མེད་  
པའི་བྱིན། དབང་པོས་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འཛིན་མི་སྤྲོད་ལ། བརྗོད་བྱ་  
དེ་ཡིས་མིང་ནི་འདྲི་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཅིག་ཏུ་སྒྲེལ་བ་ནི། དཔྱད་པ་ཡིན་བྱིན་  
གཞན་སེལ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། བརྗོད་སྒྲུབ་དང་པོ་མིང་དོན་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་ཆོ། བརྗོད་  
བྱ་རང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ཏེ་བུམ་པ་མཐོང་བཞིན་འདི་བུམ་པའོ་ཞེས་བརྗོད་  
སྒྲུབ་ན་ཡང་། བརྗོད་དེ་ནི་རྟོག་ངོར་གྲུབ་པའི་སྒྲིལ་སྒྲུབ་བར་བྱེད་དེ་དེ་ཏུས་  
གྱི་རང་མཚན་རྒྱང་བ་ལ་འཆད་ཉན་གཉིས་གསུམ་མི་འཛིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་  
དེ་ཡང་དོན་དེ་ལ་ཡོད་མེད་སོགས་ཐ་སྟན་དོན་ཏུ་འདོགས་ཏེ་བརྗོད་མེད་ན་ཐ་  
སྟན་མི་ཏུས་པའི་བྱིན་རོ། །གཉིས་པ། དབང་པོས་རྗོད་བྱེད་གྱི་སྒྲིལ་དང་འདྲེས་  
པའི་དོན། འཛིན་ན་བུམ་སོགས་གྱི་བརྗོད་སྒྲུབ་པ་མེད་ཀྱང་རང་མཚན་མཐོང་ཅམ་  
གྱིས་འདི་ནི་བུམ་པའོ་ཞེས་སོགས་རང་ཉིད་གྱིས་རྟོགས་པར་ཅིས་མི་འགྱུར།  
གཉིས་པ་དོགས་སྤང་ལ། དོན་ལ་མེད་ཀྱང་ཡིད་ངོར་འདྲེས་པ་ཡོད་པར་  
འདོད་པའི་ལུགས་བརྗོད་དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
གལ་ཏེ་སྒྲིལ་སྒྲུབ་དོན་འདྲེས་པ་མེད་ཀྱང་དོན་མངོན་སུམ་མཐོང་བཞིན་པའི་ཆོ།  
དབང་པོའི་སྒྲིལ་སྒྲེས་སུ་འབྱུང་བའི་ཡིད་ཤེས་དེས་བུམ་པ་མཐོང་བའི་མཐོང་  
དོན་དང་དེའི་བརྗོད་སྒྲུབ་པ་ཞེས་པའི་སྒྲིལ་གཉིས་འདྲེས་པ་དེ་རྟོག་པ་ཡིན་  
ཡང་ཡུལ་གསལ་པའི་མངོན་སུམ་ཡིན་བྱིན་རྟོག་མེད་འདྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་

ལས་གཞན་ཏུ་འདོད་ན་མཐོང་རྟོགས་ཀྱི་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་  
 ཚེ་མི་རྟོགས་རྟོགས་ཚེ་མི་མཐོང་བས་མཐོང་བཞིན་ཏུ་དོན་རྟོགས་མི་སྤྲིད་ཅེས་  
 ཟེར་རོ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལ། རྟོག་རྟོག་མེད་ཅིག་ཆར་འཇུག་པར་འདོད་པའི་ལུགས་ཀྱི་  
 ལན་དང་། རིམ་འཇུག་གི་ལུགས་ཀྱི་ལན་གཉིས། དང་པོ། དེ་གཉིས་གཅིག་  
 ཏུ་འབྲེས་པ་མིན་ཡང་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པའི་རྒྱ་ནི་ཤེས་པ་ཅིག་ཆར་འཇུག་པའི་  
 ལུགས་ལྟར་ན་རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཡིད་གཉིས་པོ་ངོ་པོ་དང་ཡུལ་  
 ཐ་དད་ཀྱང་འཇུག་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཆར་འཇུག་པ་ལ་སྒྲུབ་པོ་རྣམས་གཅིག་  
 ཏུ་འབྲེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ། ཤེས་པ་རིམ་འཇུག་པའི་ལུགས་  
 ལྟར་ན་ཡང་མཐོང་རྟོག་གཉིས་རིམ་གྱིས་འཇུག་ཏུ་རྒྱག་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་རྒྱ་པོ་  
 ལྟར་རྒྱན་མ་ཆད་པ་ལ། སྒྲུབ་པོ་རྣམས་གྱིས་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པ་ཡིན་གྱི་དོན་  
 ལ་དེ་གཉིས་གཅིག་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ཤེས་པ་རང་མཚན་བརྟུན་བྱུང་  
 འདོད་པ་དགག་པ། སྟོང་ར་ཀ་བུམ་སོགས་སྤང་བའི་དོན་ཤེས་པ་ལས་གཞན་  
 ཏུ་མེད་པའི་ཤེས་པའི་རང་མཚན་བརྟུན་བྱུང་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ལུགས་མི་  
 འཐད་དེ། ཤེས་པ་འང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་དེས་ན་དེ་ཁོ་ན་ལ་བརྟུར་  
 བྱེད་པ་མི་རུང་སྟེ་རང་མཚན་རྒྱུང་པ་མི་འཐད་པར་བཤད་མ་ཐག་པའི་རིགས་  
 པ་དེས་གཞོད་པས་སོ། །གཉིས་པ་སྤྱི་རྒྱུང་བརྟུན་བྱུང་འདོད་པ་ལ། དོན་གྱི་  
 སྤྱི་དང་། སྤྱི་དོན་གྱི་སྤྱི་བརྟུན་བྱུང་འདོད་པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་

ཐོགས་སྒྲུབ་བརྗོད་པ། དེ་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། བྱེ་བྲག་པ་ན་རེ་རང་མཚན་  
 ལ་སྒྲུབ་ན་སྒྲུབ་དེ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲུབ་ཡིས་གསལ་བ་ལས་རང་མཚན་མི་བརྗོད་  
 གྱི་དོན་བུམ་པ་ལྟ་བུའི་རིགས་སྒྲུབ་བརྗོད་ཕྱིར་སྒྲུབ་མེད་ཅེ་ན། གཉིས་པ་ལ།  
 དག་གི་པ་དངོས་དང་། དེའི་སྒྲུབ་སྒྲོང་གི་ལན་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 དོན་ལ་སྒྲུབ་མེད་པར་སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་ལ་གལ་ཏེ་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་ཡང་། དེ་རྒྱུར་  
 བ་ལ་སྒྲུབ་བ་དགོས་ཅུས་མེད་དེ། སྒྲིམ་གསལ་བ་དོན་བྱེད་མི་ཅུས་པ་ལ་  
 བད་སྒྲུབ་བས་དེ་ལྟ་བུ་རང་མཚན་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རང་སྒྲིབ་  
 དད་དུ་འདོད་ཅིང་སྒྲིབ་བ་བརྗོད་བྱུང་འདོད་པ་ལ། སྒྲུབ་འདི་བརྗོད་མེད་  
 དུ་འབབ་སྟེ་དཀར་པོ་ལ་བད་སྒྲུབ་བས་དུང་ལ་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། ལན་དང་། དེ་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ་སྒྲིབ་བ་མིན་གྱི་  
 སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་མཚན་དངོས་ལ་བད་སྒྲུབ་བས་རང་མཚན་གོ་ཞེ་ན།  
 གཉིས་པ། རང་མཚན་ལ་མ་སྒྲུབ་ན་སྒྲིབ་ལ་སྒྲུབ་ཡང་རང་མཚན་གོ་མི་ཅུས་  
 བས་ལམ་གང་ཡིན་སྟོང་དུམ་ལ་འདྲི་བ་ལྟར། དགོས་ཅུས་མེད་པའི་སྒྲིབ་པ་  
 ལ། རང་གི་མཚན་ཉིད་དངོས་ལ་བད་སྒྲུབ་ཅིག་ཅེས་རང་མཚན་གོ་ན་ཐ་  
 དད་གྱི་སྒྲིབ་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ་ཀ་བ་གོ་བ་ལ་བུམ་པ་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་བུམ་པ་སོགས་ཀྱི་རང་མཚན་མཐའ་ཡས་ཕྱིར། བད་སྒྲུབ་མི་ཅུས་  
 བྱེན་སྒྲིབ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་མཚན་འདྲི་ལཱ་འདམས་ཏེ་མཐའ་ཡས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྲོད་བརྗོད་བྱུང་འདོད་པ་ལ། ཐོགས་སྒྲུབ་ལུགས་

གཉིས་ཐུན་མོང་དུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་  
 རང་མཆན་གཉིས་དང་སྤྱི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་ན་སྤྱི་བརྒྱུད་དེ་ཡོད་ཀྱང་རྟོག་ཡུལ་དོན་  
 སྤྱི་དངོས་ཀྱི་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བོད་ནམས་འདོད་ལ། མང་བཀྱར་བའི་ལྷན་  
 མིན་འདུ་བྱེད་མིང་བརྒྱུད་པའི་རྟོག་དུ་རུང་བ་ཞིག་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་བའི་  
 ཕྱོགས་དེ་གཉིས་དག་གི་ན། གངས་ཅན་པ་དང་ཉན་ཐོས་གཉིས། སྤྱི་དོན་  
 ཞེས་པ་སྤྱི་དོན་འབྲེལ་འཇིག་ཡིན་ལ་དེ་དངོས་ཀྱི་བརྒྱུད་བྱུང་འདོད་དོ། །  
 དེ་ལ་སྤྱི་དོན་ནི་བུམ་པ་ལྟ་བུའི་བརྒྱུད་བྱུང་དོན་དང་སྤྱི་དོན་པ་དེ་ཡིན་ལ།  
 གངས་ཅན་པའི་ལམ་གྱི་འཇིག་སྤྱི་དེ་དག་བརྒྱུད་བྱུང་འདོད་ལ། ཉན་ཐོས་  
 ཀྱི་བརྒྱུད་བྱུང་རྟོག་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་ཞིག་ལོགས་སུ་ལས་བྱེད་སྤྱི་  
 མོ། །གཉིས་པ་ལ། མི་འཐད་པ་བརྒྱུད་པ་དང་། སྤྱི་བརྒྱུད་ཀྱི་ལན་དག་གི་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། གཉིས་ཀའང་རང་མཆན་ལས་ཐ་དད་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་  
 ཏུ་དག་གི་ནི། དོན་སྤྱི་ལམ་མི་ལྷན་འདུ་བྱེད་ལ་བརྒྱུད་བྱུང་སྤྱི་དོན་  
 འབྲེལ་མེད་ཀྱི་གཞུགས་སོགས་ལ་རྟོག་ལྷན་རྟོགས་པར་འཐད་དེ་དཔེར་ན་བུམ་  
 པ་ཞེས་ནི་བརྒྱུད་པ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་མེད་པ་ལང་མི་རྟོགས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། ལན་དང་། དེ་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁོན་པེ་བུམ་པའི་  
 རང་མཆན་དང་མི་ལྷན་འདུ་བྱེད་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་འདྲ་  
 པ་ལ། གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་ནས་དོན་རང་མཆན་ལ་འབྲེལ་ཅི་ན། གཉིས་པ།  
 དེ་གཉིས་པོ་རྣམས་པ་ཅོམ་འདྲ་བས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་ཡུལ་དྲང་དུ་ས་རེས་འགྲེལ་

འབྲུལ་གྱི་ཡུལ་དུས་ཀུན་ཏུ་འབྲུལ་གྱི་དཔལ་མིན་ན་ཡང་འདི་ནི་རྟག་ཏུ་འབྲུལ་  
འབྲུང་བས། འདྲ་བས་སྒོ་ནས་འབྲུལ་བ་མིན་ཏེ་བརྗོད་བྱ་དང་རང་མཚན་  
འདྲ་བ་ཞེས་གཉིས་སུ་ནམ་ཡང་མི་སྒྲིང་བར་རྟོག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་དམ་གདོད་  
ནས་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། མཚན་ཉིད། རབ་དབྱེ།  
དེའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་བ་གསུམ། དང་པོ། རང་ལུགས། བརྟ་ལུས་གོ་  
བར་བྱ་བ་བརྗོད་བྱའི་མཚན་ཉིད། བརྗོད་བྱའི་དོན་གོ་བར་བྱེད་པ་བརྟ་  
མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། དབྱེ་བ་དང་། དེ་ལྟར་བྱས་པའི་དགོས་  
པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ལ་དབྱེད་ནས་འཆད་པའི་  
སྐབས་དྲང་བརྟ་ཅམ་ལ་འཇུག་པའི་དུས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བས་བརྗོད་  
བྱ་རྗོད་བྱེད་པའི་ལའང་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བསྐྱེད་མས་ན་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་དོ། །  
གཉིས་པ། འཆད་ཆེ་སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གང་ཡིན་དབྱེད་ནས་  
འདི་ཞེས་ངོས་བཟུང་ནས་རྣམ་པར་བྱེ་བས་ཤེས་བྱའི་དེ་ཉིད་ལ་མཁུན་ཏེ།  
སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དོན་སྟེ། ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་དོན་རང་མཚན། དངོས་  
ཀྱི་རྗོད་བྱེད་སྟེ། ཞེན་པའི་རྗོད་བྱེད་སྟེ་རང་མཚན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དབྱེད་  
དེ་འཆད་པའི་སྐབས་དངོས་ཀྱི་གཉིས་དང་། བརྟ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཞེན་  
པས་འབྲེལ་བས་དོན་ལ་བརྟ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འཇུག་ཆེ་རང་མཚན་དང་  
སྟེ་མོ་མོར་མ་བྱེ་བར་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ཞིང་བརྟ་སྒྲིའི་བས་ཐ་སྟོད་ཀྱི་ཆོ་དོན་  
རང་མཚན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལ། སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་

བར་བསྐྱབ། གཞི་མེད་ལ་འབྲུལ་ནས་བད་སྒྲོར་ཚུལ། འབྲུལ་བ་ལ་སྒྲུར་  
 བས་འབྲུག་ཡུལ་རང་མཆན་གོ་བའི་འཐད་པ་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལྟ་ན་སྒྲུའི་  
 དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་དེ། རྟོན་དྲུང་གུས་པ་ནི་རང་མཆན་ཡིན་པས་བརྗོད་  
 བྱར་རུང་བ་ཡིན་ལ། སྤྱི་རྟོན་ཏེ་རྟོན་སྤྱི་དང་སྒྲོ་རྟོན་གྱི་སྤྱི་གཉིས་པོ་དངོས་  
 པོ་མེད་པ་ཡིན། དེ་བཞི་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་ལ་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་བརྗོད་  
 བྱ་ཡོད་མི་སྤྱིད་པས་དམ་པའི་རྟོན་རྒྱ་བརྗོད་བྱ་དོ་བོས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ། གཞི་མེད་ལ་འབྲུལ་ནས་བད་སྒྲོར་ཚུལ་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 སྒྲུར་ཡུལ་ལ་སྒྲུ་བད་སྒྲུ་བའི་གཞི་མེད་ཉིད་ཡུལ་ཡིན་པར་དོ་བོས་འབྲུལ་པ་  
 ལ་སྒྲུ་ཡི་བརྗོད་བྱའི་རྟོན་གྱི་གཞུགས་བརྟན་ཤར་བ་དེ་ལ་སྤྱི་རོལ་རྟོན་རྒྱ་  
 ཞེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱི་ཡི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་བདག་ས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་དེ་ལ་ཞུགས་ནས་རང་མཆན་གོ་བའི་འཐད་པ་ནི་ཐོག་མེད་ནས་  
 སྒྲུར་བར་འབྲུལ་བའི་བག་ཆགས་གོམས་ཤིང་བརྟན་པ་ཡིས། བརྟན་ཡི་དུས་  
 ན་རང་མཆན་དང་སྤྱི་མ་སྤྱི་བར་འདི་བུམ་པའི་ཞེས་པ་སྤྱིས་ནས་བད་སྒྲུར།  
 ཐ་སྤྱི་དུས་ན་འད་དེ་ལྟར་གོ་སྤྱི་བུམ་པར་ཚུ་སྤྱགས་ཤིག་ཟེར་ན་རྟོན་སྤྱི་ལམ་  
 རང་མཆན་གང་ཞེས་མི་འདྲི་བར་ཡུལ་རང་མཆན་ལ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤྱིར་  
 སྒྲུའི་དངོས་ཡུལ་ཡུལ་མེད་ལ་ཡུལ་རྒྱ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་  
 བདྟན་པར་འཐད་དོ། །གསུམ་པ་ཚུད་སྒྲུང་ལ། དངོས་པོའི་སྤྱི་བརྗོད་བྱར་  
 འདོད་པ་དང་མཚུངས་པ་སྒྲུང་བ། ཤེས་པ་རང་མཆན་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་

དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ། སེལ་བ་ལ་སྒྱུར་ན་ལྟན་མིན་འདུ་བྱེད་དང་མཚུངས་  
པ་སྤང་བ། བརྗོད་བྱ་མེད་ན་ཐ་སྟོན་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་བ་སྤང་བ། ཆད་  
བྱས་ཀྱིས་འབྲེལ་བ་གོ་བས་འབྲུལ་བ་མི་དགོས་པ་སྤང་བ་ལྟ། དང་པོ་ལ།  
ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། རྟོག་པ་ལ་སྤང་བའི་སྒྱུ་དོན་གྱི་གཟུགས་  
བརྟན་དེ་རང་མིན་གཞན་ཀུན་ལས་ཕྱོག་ན་ནི། རང་མཚན་ལས་ཀྱང་ཕྱོག་  
དགོས་པས་རང་མཚན་ལྟར་དངོས་པོར་འགྱུར་བས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་  
པོ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཉིས་པ། སྒྱུ་དོན་དེ་རང་མཚན་ལས་དམ་  
པའི་དོན་ལ་མི་ཕྱོག་ཀྱང་ཞེས་དོན་དམ་པར་ཕྱོག་ན་རང་མཚན་ལས་སྒྱུ་དོན་  
ལོགས་སྒྱུ་དོན་བྱེད་པར་རམ་དངོས་པོར་ཡོད་དགོས་ན་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ལ།  
སྒྲོ་གཞན་སེལ་གྱི་ངོར་སྒྱུ་དོན་གྱི་རང་ཕྱོག་རང་མཚན་མིན་ཡང་། དེས་དོན་  
དམ་པར་སོ་སོར་མི་འགྱུར་བ་གནད་གྱི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཕྱོག་པར་སྤང་བ་ནི་  
འབྲུལ་པ་རྟོག་པའི་ངོ་ཅམ་དུ་སྤང་བ་ཡིན་ལ་ལྟ་སྟེགས་བྱེད་གྱི་བརྗོད་བྱའི་  
སྒྱི་ནི་འབྲུལ་པར་མི་འདོད་པར་དངོས་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད་པས་དེས་ན་  
དེ་དག་ག་ལ་མཚུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁྱེད་གྱི་ལུགས་ལ་  
རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་དོན་སྒྱི་དེ་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ན་ནི། དེ་ཤེས་པ་ལས་  
འོས་མེད་པས་ཤེས་པ་རང་མཚན་བརྗོད་བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཉིས་པ།  
ནམ་པ་དེ་སྤང་བའི་ཤེས་པ་རང་མཚན་གྱི་ཆའམ་ཕྱོག་པ་ཁོན་བརྗོད་བྱ་མིན་



ཡང་སྒོ་ངོར་སྤང་བཏགས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བས་བཏགས་པ་ཕྱི་རོལ་དུ་ཞེན་  
 བའི་ཆད་ངོས་མེད་དེ་བརྟེན་བྱ་ཡིན། དེས་ན་རྟོག་པའི་གཞུགས་བརྟན་དོན་  
 གྱི་ལ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲོམ་ཆོད་དང་སྒྲོ་བསྐྱེད་ནས། འཛིག་  
 རྟོན་པ་རྣམས་ཐ་སྟོན་གྱི་དོན་ལ་གཞུགས་ཕྱིར་བརྟེན་སྐྱེད་བར་ཟད་དེ་ཞེས་དོན་  
 གྱི་ཞེས་པ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ལ་བསམ་ཏེ། ཤེས་པ་ཙམ་བརྟེན་བྱ་ཡིན་ཞེས་མི་  
 བརྟེན་གྱི། རྟོག་ངོར་ཤེས་པ་མིན་པའི་ཡུལ་ཡིན་ཡིན་འདྲ་མོད་དེ། ཡུལ་  
 དུ་སྒྲོམ་པ་དེ་ག་ཁོ་རང་གི་ཚུལ་དང་བསྐྱེད་ནས་བརྟེན་བྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་བརྟེན་  
 གྱི་ཞེས་སོ། །དེ་ཡུལ་ཡིན་པར་མ་འབྲུལ་ན་རང་མཆོན་ལ་བརྟེན་མི་འབྱོར་  
 བའོ། །གསུམ་པ་ལ། རྟོན་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་ཁྱེད་  
 གྱིས་སྒེལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྒྱི་ལ་བརྟེན་སྐྱེད་ན་སྒེལ་བ་དང་རང་མཆོན་  
 ཐ་དད་ཡིན་པས་ལྟན་པ་མིན་པ་ལ་བརྟེན་སྐྱེད་པ་དང་མཆོད་ས་ཤིན། གཉིས་  
 པ། དོན་སྒྱི་གལ་ཏེ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ལས་ཐ་དད་པའི་རྣམས་སྐྱེད་པར་འདོད་  
 ན། ཁྱེད་བདེན་མོད་འོན་ཀྱང་དོན་སྒྱི་དངོས་མེད་དེ་རྣམས་སྐྱེད་པར་འདོད་པ་  
 ཡིན་པ། དེ་སྒྱིར་སྒེལ་བ་རང་གི་དངོས་ཡུལ་རང་དབང་དུ་གྲུབ་པ་མེད་དོ་  
 ཅས་ཤེས་ན་རྟོག་ངོ་ཙམ་མ་གཏོགས་དོན་ལ་སྒྲུབ་དངོས་ཀྱི་བརྟེན་བྱ་དང་  
 རྟོན་བྱེད་ལོགས་སྐྱེད་པ་མེད་པས་རང་མཆོན་ལ་འབབ་འགོ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 བཞིཔ་ལ། རྟོན་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་དོན་དམ་པར་མ་  
 འབྲུལ་བའི་བརྟེན་བྱ་རྟོན་བྱེད་ཞིག་མེད་ན་སྐྱེད་དོན་སྒྱི་ལ་རྟོན་བྱེད་དང་

བརྗོད་བྱ་རང་མཚན་དུ་འབྱུལ་བ་དག་གིས་བརྗོད་བྱ་བ་ནི་གསོག་སྟེ་རྒྱུ་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདིག་ཏེན་གྱི་ཐ་སྟོན་དོན་མཐུན་ཐམས་ཅད་འདིག་སྟེ་དེ་  
 བོད་རྩ་ཡོད་དང་བུམ་ཡོད་ལྟ་བུ་ལ་ཐ་སྟོན་དོན་མཐུན་མི་མཐུན་ཁྱད་མེད་དུ་  
 ཐལ་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ཡོད་མེད་མཚུངས་པས་སོཅེ་  
 བ། གཉིས་པ། འདིག་ཏེན་པ་ནམས་དོན་སྦྱི་ལ་རང་མཚན་དུ་འབྱུལ་བའི་  
 སྟོན་ས་རང་མཚན་ཉིད་ལ་བྱང་དོར་དུ་འཇུག་ཕྱིར་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི་  
 ཐ་སྟོན་འཐུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། བརྗོད་བྱ་སྤྱི་པ་ཅམ་  
 བྱིས་སྒྲ་དོན་གྱི་འབྲེལ་བ་གོ་བ་ལ་སྤྱད་བརྟགས་གཅིག་དུ་འབྱུལ་བའི་འབྲེལ་  
 བ་འདིའི་ཅི་བྱ་སྟེ་མི་དགོས་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། འབྱུལ་བ་མེད་ན་བརྗོད་  
 སྦྱོར་བའི་ཚུལ། འབྱུལ་ཕྱིར་བརྗོད་སྦྱོར་མི་དགོས་པ། དེའི་མཇུག་བསྟུགས་མ།  
 དང་པོ། བུམ་པའི་དོན་རང་མཚན་དང་ནི་དོན་སྦྱི་དང་། རང་སྦྱི་གཉིས་པོ་  
 གཅིག་དུ་འབྱུལ་བ་སྟེ། གསུམ་པོ་གང་ལ་བུམ་པའི་བརྗོད་ཆད་བྱས་ཀྱང་།  
 འབྱུལ་བ་མེད་ན་དོན་ལ་བརྗོད་མི་འབྱོར་ཏེ། མ་འབྱུལ་བས་རང་མཚན་ལ་  
 བརྗོད་བྱ་ཐུགས་ཀྱིས་བྱེད་ལ་བརྗོད་པའི་སྟོན་འབྱུང་ལ། དོན་སྦྱི་ལ་བརྗོད་  
 བྱེད་ན་ཉན་ཐོས་ལ་བརྗོད་པའི་སྟོན་ཡོད་ལ། སྦྱི་རང་གཅིག་དུ་འབྱུལ་བ་ལ་  
 བརྗོད་བྱེད་ན། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་འདོད་པ་བྱུང་པོ། །དེས་ན་མ་འབྱུལ་བའི་  
 ཆད་བྱས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐུན་སྦྱུ་ལ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་གསུང་དུ་བརྗོད་བརྟགས་

པ་དེ་དོན་དེའི་བརྟེན་པར་སྒྲོས་ཆད་བྱས་པ་མིང་དོན་འབྲེལ་བ་ལྟར་སྤང་  
 བ་ལ་ཆད་བྱས་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ། བརྟེན་པ་བརྟེན་ནས་བྱང་དོར་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྐབས་འདྲིར་ནི་རང་མཆན་དང་ནི་དེའི་གཞུགས་བརྟེན་སྤང་བ་  
 དོན་སྦྱི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཏ་  
 བྱང་སོགས་མཐོང་བའི་དོན་ལ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་སྦྱེ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱགས་གྱིས་  
 འབྲེལ་དུ་གཞུག་པ་ལྟར་བརྟེན་འདོགས་པའི་མཁན་པོ་སྤྱོད་པས་གྱི་གན་པོ་  
 རྣམས་གྱིས་བརྟེན་ཆད་ཕྱིན་དེ་དགོས་པ་འབྲེལ་ནས་དོན་ལ་འཇུག་པར་འབྱུང་  
 རོ། །གསུམ་པ། རིགས་པར་དབྱེད་ན་སྦྱེ་ཡི་དེའི་གྱི་བརྟེན་བྱ་མེད་ལ་  
 ཞེན་པའི་བརྟེན་བྱ་ནི་དོན་རང་མཆན་ཡིན་ཞིང་སྤྱོད་ན་གྱི་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་  
 པས་བྱས་ན་ཡང་འབྲེལ་ནས་འཇུག་པའི་སྦྱེས་བྱ་བསྦྱུ་བ་མེད་དེ་འབྲེལ་བའི་  
 དོར་སྤང་བའང་རང་མཆན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལས་འཆོལ་བར་མི་སྤང་བས་རྒྱང་  
 རིང་པོའི་གཞུགས་མཐོང་བའི་ཤེལ་གྱི་ཁང་བྱ་ནས་བལྟས་པ་བཞིན་ནོ། །ཅིས་  
 བྱ་བ་ནི་བསྦྱེ་བའི་ཆོགས་སྤྱོད་བཅད་པ་འོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཉིས་ལས་  
 བརྟེན་བྱ་དང་རྟེན་ཕྱིན་བརྟེན་པའི་རབ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྦྱེ་སྤྱོད་པ་འོ། །

བཞི་པ་འགལ་འབྲེལ་རྟོགས་ཚུལ་ལ། དགོས་པའི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན།  
 དེ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། ཆད་མ་ཡིན་མིན་ལ་སོགས་པའི་  
 དགག་དང་སྦྱབ་པ་རྗེ་སྦྱོང་པའི་དཔྱད་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་འབྲེལ་ཉིད་ལ་  
 སྦྱོས་ཏེ་དགག་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་འབྲེལ་གཉིས་དང་སྦྱབ་པ་འབྲེལ་བ་གཙོ་

ཆེ་ཁོང་ཀུན་ནས་ཀུན་ཏུ་ལྟོས་པས་ན། ཆད་མའི་མཚན་ཉིད་དམ་གནས་  
 ལུགས་དབྱེད་པ་ཡི་རྩོན་ཏུ་འགྲེལ་འབྲེལ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 འབྲེལ་བའི་རྟོགས་ཚུལ་དང་། འགལ་བའི་རྟོགས་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
 དོན་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་སྒྲོ་ངོར་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ། འབྲེལ་བ་སྐྱབ་པའི་ཆད་  
 མ་གསུམ། དང་པོ་ལ། སྦྱིར་དགག་པ་དང་། སོ་སོར་དགག་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ལ་དངོས་དང་། དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 ཚེས་གཉིས་ནི་གཉིས་པོ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོན་ལ་གཅིག་པ་མི་སྤྱིད་ཅིང་  
 གཅིག་ཡིན་པ་ལ་རང་ཉིད་རང་དང་འབྲེལ་བ་མི་སྤྱིད་པས་རང་རང་གི་ངོ་  
 པོ་མ་འདྲེས་པ་སོ་སོལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་འབྲེལ་མེད་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ། གཞན་གྱི་ལུགས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་  
 པོ་། དེ་བཞིན་དངོས་མེད་ལ་ཡང་དངོས་སྤྱུ་འབྲེལ་བ་ནི། ཡོད་ཅིས་པོད་  
 རྒྱན་པོ་འགའ་ཞིག་སྤྱི་ལྟེ་གཅིག་ཏུ་བལ་སོགས་ཀྱི་རྟོགས་ཀྱི་དགག་བྱ་མི་  
 སྤྱིད་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་ཚེས་མེད་དགག་ཡིན་པས་དངོས་བསྐྱོག་གི་འབྲེལ་  
 བ་གཉིས་ཀ་མེད་ན་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་རྟོགས་སྤྱིད་པར་ཐལ་བས་དེས་ན་དངོས་  
 འབྲེལ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་རིས་མི་ཟེན་པས་བསྐྱོག་འབྲེལ་དེས་པ་ལ་ལྟོས་སོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་མེད་དངོས་པོར་ཐལ་བས་དགག་དེ་གཉིས་  
 ལ་འབྲེལ་བའི་མཚན་ཉིད་མི་འཐད་པས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་མི་

འཐད་དེ་དངོས་མེད་དོ་བོ་མེད་པ་ལ་དོན་དམ་པར་འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་དངོས་  
པོར་འགྱུར་ཏེ་བདག་གཅིག་གིས་འབྲེལ་བ་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་དང་། དེ་  
ཐུང་གིས་འབྲེལ་བ་འབྲས་སུ་འདྲི་དངོས་པོར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ། སྒྲིན་  
གཞན་ཡང་ཚོས་གང་ཞིག་ཚོས་གཞན་མི་འདོར་བ་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲི་  
མཚན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དངོས་པོ་ལ་རང་ཉིད་གཞན་དང་འདྲེ་བ་མེད་ཕྱིར་  
དྲང་། དངོས་མེད་ལ་དོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་འབྲེལ་བའི་མཚན་ཉིད་དེ་དེ་  
གཉིས་ལ་དོན་དུ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སོ་སོར་དགག་པ་ལ། བདག་གཅིག་འབྲེལ་དགག་དེ་ཐུང་འབྲེལ་  
དགག་དེས་སྒྲིས་པའི་འབྲེལ་བ་གཞན་བཀག་པར་བརྒྱབ་པ་གསུམ། དང་  
པོ་ལ། དགག་པ་དང་། དེ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། དོན་གྱི་  
བདག་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་ཚོས་གཉིས་མེད་ལ། ཚོས་གཉིས་མེད་པ་ལ་འབྲེལ་  
བ་མི་སྤྱིད་དེ་རང་གཅིག་སུར་ཟད་པས་སོ། །དེས་ན་བྱས་དང་མི་རྟག་པ་ལྟ་  
སུ་ཡང་སློ་དོར་ལྟོག་པས་སྒྲེ་བ་ཡིན་གྱི་དོན་གྱི་སྤྱིད་ན་འབྲེལ་བ་མེད་དོ། །  
གཉིས་པ་ལ། མི་འཐད་པ་དགོད། དེ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། གངས་ཅན་  
པ་དང་བོད་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གལ་ཏེ་བྱས་དང་མི་རྟག་པའི་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པ་  
དེ་ཚོས་ཅན། སྤང་རང་གི་དོན་ལ་མ་གྲུབ་ན་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་སྤྱབ་པའི་  
ཚུལ་གསུམ་གྲུབ་པ་མི་སྤྱིད་དེ་ལྟོག་པ་སྤྱིས་ཡིན་ཞིང་སློ་ཚོས་དོན་ལ་མེད་  
པས་དོན་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མི་འཐད་པས་བྱས་མི་རྟག་ལྟ་སྤྱི་རྣམས་ལྟོག་ཐ་

དང་ཀྱང་དོན་ལ་བདག་གཅིག་གིས་འབྲེལ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། བྱས་མི་རྟག་གཉིས་སྒྲིའི་རྣམས་སུ་གཅིག་པ་ལ་དོན་མཐུན་ཡང་ལྟོག་པ་དེ་ནམས་དོན་ལ་དོན་དེ་ལས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ན་ལྟོག་པ་ནད་པམ་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ཁྲབ་ཀྱི་སྟེང་ན་བྱང་བུ་བཞིན་མ་འབྲེལ་ན་ཐ་དད་དུ་སོང་བས་བྱས་པ་མི་རྟག་པ་སྒྲུབ་པའི་རྟགས་མིན་ལ་འབྲེལ་ན་ཡང་བདག་གཅིག་གིས་འབྲེལ་ན་རྣམས་གཅིག་པར་མ་ཟད་ལྟོག་པ་ཡང་གཅིག་དུ་སོང་བས་སྒྲུབ་དང་བསྐལ་ཟེར་བྱེད་ལྟར་མིང་གི་རྣམས་གྲངས་ཅམ་དུ་འགྱུར་པ་ལས། དེ་བྱུང་གིས་འབྲེལ་ན་ནི་གཅིག་གཅིག་གི་འབྲས་བུར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་དགག་པ་ལ། རྒྱ་འབྲས་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་ཅིགས་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱ་འབྲས་རིམ་གྱིས་པ་ལ་དགག་གི་རྒྱུང་བ་ལ་དགག་པ། ལྟོས་པ་ལ་དགག་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། རྒྱ་མི་ལ་མི་འཐད་པ། བར་གྱི་སྦྱོར་འབྲེལ་ལ་མི་འཐད་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱ་མི་མིན་པ་དུས་མཉམ་པ་ལ་ནི་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་མེད་རྒྱ་མི་ཡོད་ན་གཅིག་ཡོད་དུས་གཅིག་མེད་པས་གང་བུར་མེད་པས་བྱུང་བ་དེས་ན་དངོས་དང་དངོས་མེད་ལ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་འད་དོན་གྱི་སྟེང་ན་མེད་དོ། གཉིས་པ་ལ། སྦྱོར་འབྲེལ་འདོད་པའི་ལུགས་དགོད། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱ་སྟོགས་པ་ན་རེ་རྒྱ་འགགས་པ་དང་ནི་འབྲས་བུ་སྦྱེས་པ་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་སྦྱེལ་བའི་སྦྱོར་བའི་འབྲེལ་བ་རྒྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། གཉིས་པ། རྒྱ་འབྲས་སྦྱོར་བའི་འབྲེལ་

བདེ་སྦྱིར་རྟག་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མིན་ལ་དངོས་མེད་བྱ་བྱེད་དང་བྲལ་བས་  
 སྦྱོར་བའི་བྱེད་པོར་མི་རུང་ཞིང་མི་རྟག་ན་ནི་མེ་འགག་ན་སྦྱོར་འབྲེལ་ཡང་  
 འགག་པས་དུ་བ་དང་སྦྱེལ་བར་མི་རྟུས་ལ་བར་དེར་འབྲེལ་རྒྱུར་མུང་གསུམ་  
 བ་ཡོད་ཅིང་དེ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་མ་འབྲེལ་བ་གསལ་དུ་འབྲེལ་བྱེད་ཡིན་ན་མེ་  
 དུ་དང་སྦྱོར་འབྲེལ་གྱི་བར་དུ་ཡང་འབྲེལ་བ་གཞན་དགོས་པས་ན་ཐུག་མེད་  
 དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་རྒྱུར་བ་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་པ་ལ་ཕྱོགས་  
 རྒྱ་དགོད། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་ཁ་གཅིག་གིས་ཕན་ཚུན་  
 ཆོས་གཉིས་ལ་མ་ལྟོས་པའི་མེ་རྒྱུ་རྒྱུར་བར་བ་ལ་མེ་མེད་ལྟེན་ན་གཉིས་ཆར་གྱི་  
 འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གཉིས་པ། དེ་ལྟར་དོན་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་བ་  
 ཁོན་ལས་འབྲེལ་མེད་མི་སྤྱིད་པས་ཕན་ཚུན་མ་ལྟོས་པའི་མེ་རྒྱ་བུམ་དུ་བ་  
 ལྟ་བུ་རྒྱ་འབྲས་རྒྱུར་བ་དེ་དེ་མཐོང་སྟེ་ཅིག་གོས་མ་མཐོང་བས་ཀྱང་། འདི་  
 དུ་བའི་རྒྱའོ་ཞེས་སམ་འདི་མེའི་འབྲས་བུའོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་འབྲས་  
 གཉིས་ཀའི་འབྲེལ་བ་དེས་པར་འགྱུར་ཞིང་འབྲས་རྟགས་དང་རྒྱ་མ་དམིགས་  
 བ་ཐམས་ཅད་གོ་བྱེད་དུ་མི་རུང་སྟེ་ཕན་ཚུན་མི་ལྟོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་  
 མི་ལྟོས་པའི་འབྲེལ་བ་འདོད་པ་ཞེ་འདོད་ཐ་ཆད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལྟོས་  
 འབྲེལ་དགག་པ་ལ། ཕན་འདོགས་པ་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་པ། མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། འདོད་པ་བརྗོད་པ་  
 དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཕན་ཚུན་ལྟོས་ནས་

གཅིག་ལ་གཅིག་པུ་འདྲོགས་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྷོས་ནས་འབེལ་བ་ཡོད་  
 པ་མི་འགྲལ་ཞེན། གཉིས་པ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་གཅིག་དངོས་པོ་ཡིན་  
 ཏུས་གཅིག་དངོས་མེད་ཡིན་པ་ལ། བུ་བྱ་པན་བྱེད་ཀྱི་འབེལ་བ་དོན་ལ་  
 ཡོད་པ་ཉིད་འཐད་པ་དགའ་སྟེ་སྐབ་པ་དང་རིང་འཕུར་བཞིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། ཐ་སྙད་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཙམ་འབེལ་བར་འདོད་པ་དགག་དོན་ལ་  
 འབེལ་བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱ་དེ་མེད་ན་འབྲས་བུའི་ཐ་སྙད་མི་  
 འབྱུང་བ་ཙམ་ཞིག་འབེལ་བ་ཡིན་ན། ར་གཡས་གཡོན་དང་ཡར་རྩུར་རིང་  
 སྐར་སོགས་ཀྱང་འབེལ་བར་འགྱུར་ཏེ་གཅིག་མེད་ན་གཅིག་ཤོས་ཀྱི་ཐ་སྙད་  
 མི་འབྱུང་བས་སོ། །གཉིས་པ། ཐ་སྙད་ལྷོས་ཙམ་མིན་གྱི་དོན་ཉིད་ལ་  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབེལ་བ་རྣམས་དང་ལྷོག་པ་གང་གི་ཡིན་བརྟགས་པས་  
 །ཞེགས་ཏེ། མའི་རྣམ་མེད་ན་དུ་བའི་རྣམ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནམ། མེ་ཙམ་  
 གྱི་ལྷོག་པ་མེད་ན་དུ་བ་ཙམ་གྱི་ལྷོག་པ་མི་འབྱུང་བ་གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་  
 བ། མའི་རྣམ་ལ་གསུམ་ལས་མི་འདའ་བས་འདས་ད་ལྟར་གྱི་མེ་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་མོད། འདས་པ་དོན་ཐོབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ་འགགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 མ་འདོངས་པའི་མེ་ཐོབ་ཏུ་ཆུག་ན་ཡང་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མེད་  
 ལ། ད་ལྟ་བ་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་དང་ཐོབ་པ་གཉིས་ཀ་མེད་དེ་དུས་མཉམ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་མེ་དུད་ཀྱི་རྣམ་སོ་སོར་མ་སྐྱེ་བར་ལྷོག་པ་མེད་ན་  
 མི་འབྱུང་བ་ལ་འདོད་ན། དེ་རྟོག་པས་སྐྱེལ་བ་ཡིན་གྱི་དོན་འབེལ་མི་འཐད་



དོ། །ཁ་ཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་རིགས་ལ་འབྲེལ་བ་དགག་པ། རྒྱ་འབྲས་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་  
 ཞེན། རིགས་དེ་རྒྱ་འབྲས་རང་མཚན་ཉིད་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ན་མྱེད་གྱི་སྒྲིན་  
 ལས་འདས་པ་མེད། དེ་ལས་གཞན་དུ་སྐྱུར་བའི་རིགས་ཞེས་ཐ་དད་བ་ཞིག་  
 ཡོད་པར་འདོད་ན། སྤྱི་ཡི་སྐྱབས་སུ་བཀག་ཟེན་རྟོ། །

གསུམ་པ་ལྟོས་འབྲེལ་གཞན་དགག་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། དེ་  
 དགག་པ་གསུམ། དང་པོ། རོན་ལ་འབྲེལ་བ་འགོག་པའི་རིགས་པ་འདྲིས་  
 ཉི་ལྟན་དང་འདུ་བ་དང་། རྒྱུ་པར་དང་ནི་ལྟུང་པར་ཅན། རྩེད་དང་ལྟང་  
 པ་ལ་སོགས་པ། འབྲེལ་པར་འདོད་པ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཉིས་པ།  
 དེ་རྣམས་གང་ཞེན། དེ་ལ་ལྟན་འབྲེལ་ནི་ལམ་གཞིར་ལ་ནི་རྒྱ་ལྷག་བརྟེན་  
 པ་ལྟ་བུ་ནི་རོ་བོ་གཅིག་མིན་པས་བདག་གཅིག་འབྲེལ་མིན་ལ། རྒྱ་འབྲས་  
 མིན་པས་དེ་བྱུང་མིན་ཡང་རྟེན་བརྟེན་པར་སྤྱེལ་བས་ན་དེ་དང་ལྟན་པ་འི་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ཤིང་ཙམ་གྱི་སྤྱི་རྟག་པའི་རྟེན་གཅིག་ལྟ་ལ་བྱེ་  
 བྲག་ཙམ་སོགས་མི་རྟག་པ་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་ནི་འཕྲོད་པ་འདུ་བའི་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་གྲགས། བྱས་དང་མི་རྟག་པ་ཐ་དད་པའི་སྐྱུ་དང་འབྲེལ་  
 བ་དང་ནོག་གློག་གལ་རུ་སོགས་དཀར་ཟལ་སོགས་དང་འབྲེལ་བ་དང་།  
 ཐགས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་སྐྱམ་བུ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ། ཚེས་ཐ་དད་པ་གཞི་  
 གཅིག་ལ་འདུ་བ་ཐམས་ཅད་དོན་གཅིག་ལ་ནི་འདུ་བའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་

སྒྲོ། ཐ་དང་གཞན་གྱིས་གཞན་གྱོ་བ་དབྱུག་པས་དབྱུག་པ་ཅན་གྱོ་བ་ལྟ་བུ་  
ནི་བྱུང་བར་བྱེད་ཚེས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་འདོད། འགགས་པའི་རྒྱ་དང་  
དྲ་ལྟར་གྱི། འབས་བུ་རྒྱས་མཉམ་དུ་མེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་འབྲེལ་བ་དེ་ལ་མིང་  
དུ་སྦྱོར་འབྲེལ་དུ་འདོད་དོ་ལོ། བདག་རྟག་པ་དང་དེའི་བྱ་བ་བརྒྱུད་བསྐྱམ་  
སོགས་མི་རྟག་པ་རྣམས་པ་གཉིས་ལ། བྱེད་པའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་དོ་ལོ། མིག་  
གིས་གཞུགས་ལ་ལྟ་བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་རེག་པ་དུག་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱད་  
པའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ལུ་བྱུག་དང་ལུག་རྟའམ་བྱ་རྟོད་དང་བྱི་བ་  
སོགས་ལ་རྩེ་ཤོལ་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་རུར་བ་ཚུ་ཤུག་ལ་སོགས་ཀྱང་། འབྲེལ་  
བ་ཡིན་ཞེས་སྐྱོངས་པ་སྒྲུ། གསུམ་པ་ལ། རོན་ལ་མ་གྲུབ། སློ་རོར་གྲུབ་  
ཀྱང་གཞན་དུ་མི་འཐད་པས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་རྣམས་སྒྲུགས་  
གཅིག་དུ་དགག་ན། རོན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་འདོད་པ་ནི། དངོས་མེད་  
ལ་དངོས་འབྲེལ་མི་སྲིད་ལ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་གཅིག་ཡིན་ན་རང་ལ་རང་འབྲེལ་  
མི་སྲིད་པ་དྲང་ཐ་དང་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་སྤར་ལྟགས་པ་ས་  
ཤིགས། གཉིས་པ་ལ་འདོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས།  
དང་པོ། ལྟན་པ་སོགས་ལ་འདོད་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟར་གཞན་  
སེལ་གྱིས་སྒྲེལ་ན་སློ་རོར་འབྲེལ་བ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གཉིས་  
པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། ལུགས་ངན་པ་དེ་འདྲ་བ་སྤང་བར་བསྟན་པ་  
གཉིས། དང་པོ། ལྟན་པ་ཅན་སོགས་དེ་དག་ལ་རྟག་དངོས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདོད་

པ་ལ་གནོད་བྱེད་གི་ཚད་མ་ཡོད་པས་འབྲེལ་བར་མི་རུང་ལ་གལ་ཏེ་རྟེན་  
བརྟེན་པ་དང་སྒྲི་བྱེ་བྲག་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་ཙམ་དུ་འདོད་པ་ལ་གནོད་བྱེད་  
མེད་ན་སློ་ངོར་གྲུབ་ཀྱང་དེ་ནི་འབྲེལ་བ་གཉིས་པོར་འདུས་གི་ལོགས་སུ་  
དབྱེ་བ་མི་འཐད་དོ། །

འདི་ཐད་དུ་རི་ལྟར་གནོད་པ་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་འདི་འབྲེལ་བ་ཅུ་བར་  
ཤོར་བ་ཡིན་གི་ཅུ་བའི་ཚེགས་ལ་གཞུང་པར་མི་བྱུང་། གཉིས་པ། འབྲེལ་  
བ་གཉིས་ལས་གཞན་དུ་འདོད་པ་ལྟ་བུའི་རྣམས་ཀྱི་ཡུགས་ཚོས་གྲགས་གིས་  
བཀག་ཟེན་པས་སྤྱར་ཡང་འབྲེལ་བ་གཞན་ཁས་ལེན་ན་སྟེ་བདུན་གི་རིགས་  
པ་ཀྱན་སྤང་ནས་ཚོས་གི་ཡུགས་པས་བཀག་ཅིང་པོར་བ་ཡི་དན་རྟོག་པས་  
ཆེད་ཞིག་ནི་བློན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུར་དང་དུ་ལེན་པ་ནི་སྤྱད་པའི་གནས་ཏེ་  
དཔེར་ན་མི་འདོད་པའི་ནད་ལ་རླུགས་སྤྱན་བཏང་ནས་ཐུར་རླུགས་པ་ལ།  
ཁྱི་ལས་གཞན་པ་སྒྲི་ཞིག་ཟ། བར་སྐབས་ཀྱི་ཚེགས་སུ་བཅད་པ་ལོ། །  
གཉིས་པ་སློ་ངོར་འབྲེལ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ། སློས་རི་ལྟར་སྒྲེལ་ཚུལ་དང་། དེ་  
ལ་རྩྱད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། རོན་རང་མཚན་ཐ་དད་དུ་གནས་པས་  
འབྲེལ་མི་སྤིང་ཀྱང་གཞན་སེལ་བའི་རྣམ་རྟོག་གི་ཡུལ་ལ་འཛིག་རྟེན་གི་ཐ་  
སྤྱད་པ་ཞིན་དུ་བུམ་པའི་རང་མཚན་གཅིག་ལ་ལྟོ་སྤྱིར་བ་མིན་པ་སྤྱད་ཅིག་  
མིན་པ་རྒྱ་ཁྱེད་གིས་བསྐྱད་པ་མིན་པ་རྣམས་སྤྱང་བའི་རྣམ་ཙམ་གི་བུམ་པ་མི་རྟག་  
ཁོ་བྱས་པའི་ལོགས་པ་རྣམས་ལོགས་སུ་དབྱེ་ཞིང་དེ་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་གཞན་

སེལ་གྱིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་གཅིག་འབྲེལ་བརྟགས་པ་  
 དང་། དེ་བྱུང་ཡང་དོན་ལ་མི་མིན་ཀྱང་རྒྱ་རྩ་མ་དང་ཕྱི་མ་འབྲས་བུ་རྟོག་པ་ས་  
 སྒྲེལ་བ་ཡིས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་བཞག་ལ་འབྲེལ་བ་དེས་འཇུག་ཡུལ་བསྐྱབ་  
 རྒྱས་པའི་ཕྱིར་འབྲེལ་པར་འཐུང་དོ། །གཉིས་པ་ལ། སྒྲོས་བདག་གཅིག་  
 བར་སྒྲེལ་བ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ། དེ་བྱུང་བ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་  
 བོ་ལ་ཚོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་བོ། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་  
 གཉིས་སྒྲོས་སྒྲེལ་བ་ལྟར་དོན་ལ་འགྲུབ་ན་དོན་འབྲེལ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ་  
 གལ་ཏེ་དོན་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་དག་མ་གྲུབ་ན། བྱས་པས་མི་རྟག་  
 པ་མི་འགྲུབ་སྟེ་དེ་གཉིས་དོན་ལ་མི་འབྲེལ་བས་རྟགས་དེ་དོན་གྱི་རྒྱུ་བྱེད་  
 ཏུ་རུང་བ་མིན་ཞེ་ན། གཉིས་པ། གཞན་སེལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་བརྟགས་  
 པ་དེ་མཐོང་བ་དོན་ཚུལ་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་དེ་དཔེར་ན་སྐྱེ་ལ་བྱས་མི་རྟག་སོགས་  
 ལྟོག་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་སེལ་ལོགས་པས་བརྟགས་པ་དོན་ལ་མི་འཇུག་  
 པ་རྒྱ་རྟག་པ་དང་མ་བྱས་སོགས་ལྟོག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་རྣམས་པ་གཉིས་ཡོད་  
 པའི་དང་བོ་དོན་ལ་འཇུག་པས་འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་པ་ཡོད་པས་ན་འབྲེལ་བ་  
 ཡི་ཐ་སྟོན་རུང་བ་ཉིད་དེ་ཅིག་ཤོས་ལོག་པ་ནི་འབྲེལ་མིན་དུ་འཛོག་སྟེ་དཔེ་  
 བཟུང་བ་ལྟར་འཇུག་ཡུལ་མི་ཐོབ་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། ཚོད་པ་དང་།  
 ལན་གཉིས། དང་བོ། ཏུ་བ་འདི་མེད་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ་ནི་དོན་  
 ཏུ་བ་རང་ལ་མེད་ན་དུ་བ་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་ཡོད་

ན་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་རང་གི་སྤང་ན་ཡོད་པ་ཡི་འབྲེལ་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ཞེ་ན།  
གཉིས་པ། རྒྱ་མེད་ན་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བས་དོན་གྱི་དུ་བ་དེ་མེ་མེད་ན་མི་  
འབྱུང་བ་ཙམ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། རྒྱ་མའི་མེ་དེ་མེད་ན་མི་མའི་དུ་བ་འདི་མི་འབྱུང་  
ཞེས་དེ་གཉིས་བསྐྱེད་ཀྱི་བཟུང་ནས་མཆོམས་སྦྱར་ཞིང་གཅིག་ཏུ་སྦྲེལ་བ་  
ནི། རྟོག་པ་མེན་པས་སྦྲེལ་མི་རྒྱས་ཏེ་དོན་ལ་ཡོད་ན་སྤང་བས་འབྱུང་དགོས་  
ཀྱང་དེ་མེན་པའི་ཕྱིར་རོ། དོན་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཙམ་ཡོད་ལ་མེད་ན་  
མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ་མེད། དུས་མི་རྟག་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་ལ་བདག་  
གཅིག་གི་འབྲེལ་བ་དོན་ལ་མེད་ཅིས་མདོར་ན་འབྲེལ་ཞེས་པ་ཆོས་གཉིས་  
སྦྲེལ་ཏེ་མ་བཟུང་བར་མི་གྲུབ་ལ། དུས་མི་རྟག་དོན་གྱི་སྤང་ན་སོ་སོར་གྲུབ་  
པ་མེད་ཅིང་རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་དུ་མེད་པས་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཞིག་དོན་  
སྤང་ན་གྲུབ་མེད་པས་འདི་ནི་གནད་དོན་དམ་པའོ། །གསུམ་པ་འབྲེལ་བ་  
རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ལ། མཆོན་ཉིད་བསྐྱུབ་པ། མཆོན་གཞི་དོས་གཟུང་བ།  
དེ་དག་གང་གིས་ངེས་པའི་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ་ལ། བདག་གཅིག་པའི་  
འབྲེལ་བ་ངེས་བྱེད་དང་། དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་ངེས་བྱེད་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
ཐ་སྟད་བསྐྱུབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང་། དོན་བསྐྱུབ་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གཉིས། དང་པོ།  
རྟོག་པ་ཐ་དད་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པར་ཚད་མ་གང་གིས་གྲུབ་ཅེ་ན་ནོག་  
སོགས་མཆོན་ཉིད་དང་ནི་མཆོན་བྱ་བ་ལང་གི་འབྲེལ་བ་ཡང་ནོག་སོགས་  
འདུས་པ་ལ་འདི་བ་ལང་ཞེས་དོན་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བས་འབྱུང་གི་མཆོན་བྱ་

སྒྲོ་བདག་ས་ཡིན་པས་དོན་ལ་མི་གནས་པ་དང་། སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་འབྲེལ་  
བ་ཡང་ལྷོག་པ་ཆིག་རྒྱང་དང་ཉིས་ཆོག་ས་ཀྱི་ཤིང་དང་ཤ་བ་གཅིག་དུ་འབྲེལ་  
ནས་བདག་གཅིག་པའི་བརྩ་ཆད་བྱས་པའི་ཁོ་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟ་ན་བདག་གཅིག་  
པ་རྣམས་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ལ་འབྲེལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་དུ་བརྟགས་  
པས་འབྲུབ་ཀྱི་གཞན་དུ་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཅུ་བའི་རྟགས་དགོད་པ་དང་། དེ་མ་ངེས་པ་སྤང་བ་གཉིས།  
དང་པོ། གང་ཡོད་པ་དེ་སྐད་ཅིག་གིས་འཛིག་སྟེ་དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན།  
སྒྲུ་ཡང་ཡོད་དོ་ཅིས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།  
མ་ངེས་པ་སྤང་བའི་རྟགས་གཉིས། དེ་གཉིས་གསུངས་པའི་དགོས་པ་གཉིས།  
དང་པོ་ལ། འཛིག་པ་རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་མ་ངེས་པ་སྤང་བ་ལྟོས་མེད་ཀྱི་  
རྟགས་བཤད་པ། དངོས་པོ་དང་རྟག་པའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་འདོད་པ་མ་  
ངེས་པ་སྤང་བ་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟགས་  
དགོད་པ་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། དེའི་ཚུལ་བསྐྱབ་  
པ་ནི་རྟགས་དེ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ་གང་སྟེས་པ་ཁོ་ན་འཛིག་པ་ཡིན་ཏེ་སྐད་གཅིག་  
གཉིས་པར་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་ཞིག་པ་ཞེས་མིང་གདགས་ཀྱི་ཞིག་པ་ཞེས་  
པའི་ཆོས་ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་ཅི་ཡང་མེད་པས་དེ་ལ་འཛིག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཞན་  
ལ་ལྟོས་མི་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། མ་གྲུབ་པ། མ་ངེས་པ། ཉ་ཅང་  
ཐལ་བ་སྤང་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ། ཅོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ།

ལུས་པ་དང་གིང་འཛིག་པ་ཐོབ་དང་མེ་ལྟ་བུ་རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་ཕྱིར་འཛིག་  
པ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་འདྲི་ནི་མ་གྲུབ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལ། མདོར་བསྟུས་ཏེ་དགག་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ་དགག་པ་  
གཉིས། དང་པོ། འཛིག་པར་བྱ་རྒྱུའི་དངོས་པོ་ལུས་གིང་ལྟ་བུ་དང་དེ་ཞིག་  
པ་མེད་དགག་གི་ཆ་དངོས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལ་འཛིག་པའི་སྒྲིབ་འཇུག་མེད་  
གྱི། དང་པོ་ལ་དངོས་པོ་རང་སྤྱིད་པའི་རྒྱལ་ས་གཞན་མི་དགོས་པ་དང་།  
ཞིག་ནས་མེད་པ་ལ་རྒྱ་གཞན་མེད་པས་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཡང་རྒྱ་མི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། དངོས་དངོས་མེད་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་དང་། ལས་  
སྒྲུབས་ལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེས་ལྟོས་མེད་གྲུབ་ཀྱང་  
རྒྱས་པར་བཤད་ན། ཐོབ་སོགས་ཀྱིས་ལུས་པ་འཛིག་པར་བྱེད་ན་ཡང་འཛིག་  
པ་དེ་དངོས་མེད་ནི་ཅི་ཡང་མེད་ཅམ་ཡིན་པས་རྒྱལ་མི་ལྟོས་ལ་ལྟོས་ན་དངོས་  
པོར་འགྱུར་ཞིང་དངོས་པོ་ཡིན་ན་འདྲ་རུང་གཞན་གཉིས་ལས་ལུས་པ་རང་  
ཡིན་ན་དེ་རྩ་མཐའ་གྱིས་བྱས་ནས་རང་ཉིད་གྲུབ་ཟིན་པས་རྒྱ་ཅི་དགོས།  
ལུས་པ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་རྒྱས་བྱས་པས་ལུས་པ་དེ་མི་འཛིག་དེས་  
ན་ལུས་པའི་རྒྱལ་ས་ལོགས་སུ་འཛིག་པ་སྤྱིད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པར་གྲུབ་པོ། །

གཉིས་པ། འཛིག་པ་དངོས་པོ་མེད་ལ་རྒྱས་བྱེད་ཅེས། སྒྲ་ན་ལས་སྒྲུབ་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་པ་རྒྱལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་བྱགས་ལ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་  
མེད་རྒྱ་ཡིས་བྱེད་པ་ཞེས་སྒྲ་བ་དང་། རྒྱ་ཡིས་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པ་ཞེས་ཟེར་

བ་གཉིས་ཚིག་མི་འདྲ་ཡང་དོན་མཚུངས་ཏེ་དབེན་ན་མེད་པ་ལ། ལྟ་བུ་ཞེས་  
དང་བལྟ་རྒྱ་མེད་ཟེར་བ་གཉིས་མཐོང་བ་མེད་པའི་དོན་དུ་འདྲ་བ་བཞིན་ནོ། །  
མེད་པ་བལྟ་ཞེས་བྱ་ཚིག་དང་བལྟ་རྒྱ་མེད་ཅེས་བྱ་ཚིག་གྲལ་བ་ལྟ་བུའི་འགལ་  
བར་སྒྲུང་ཡང་དོན་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་ལ་བལྟས་ཀྱང་མཐོང་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་  
པས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ལ། བལྟ་རྒྱ་མེད་པའི་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་བ་གཉིས་ཀ་  
དོན་ཅི་ཡང་མིག་སྒྲར་མ་བྱུང་བ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་དོན་ཏོ། །གཉིས་པ་  
མ་དེས་བའི་རྩོད་སྒྲུང་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ན་  
རེ་ས་པོན་ཚུ་ལུད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཆོང་ནས་རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་ཡིན་ཡང་ལྟ་  
བུ་སྒྱེད་དེས་ཡིན་པ་ལ་མི་སྒྱེད་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ལྟོས་མེད་ཀྱི་གཏན་ཚིག་  
འདྲི་ཡང་མ་དེས་ཞེས་ཟེར་རོ་ལོ། གཉིས་པ་ལ། ཅུ་བའི་ལན་དང་། ལན་  
དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྒྲུང་བ་གཉིས། དང་པོ། ཚོགས་པ་རྒྱུང་བ་ལས་ལྟ་བུ་སྒྱེ་  
བར་མི་འདོད་ཀྱི་དྲི་དག་གནས་སྐབས་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ། ལྟོས་པའི་  
ཕྱིར་ན་ལྟོས་མེད་ཀྱི་དྲགས་འདི་མ་དེས་པ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
ལ། མཚུངས་པར་བསྒྲེབ་དང་། མ་གྲུབ་པ་སྒྲུང་བ། མ་དེས་པ་སྒྲུང་བ་གསུམ།  
དང་པོ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། འོ་ན་ཚོགས་པ་འགྱུར་  
བ་ལ་ལྟོས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པ་འདྲ་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་དུས་  
ལ་ལྟོས་ཤིན། གཉིས་པ། དུས་ལ་ལྟོས་ན་ནི་ལྟོས་དགོས་པའི་བྱས་པ་དྲི་  
ཉིད་ལྟོས་གཞི་འཛིག་པའི་དུས་དེ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་འགྱུར་ན་འཛིག་པ་ལྟོས་



མེད་དུ་གྲུབ་ཏེ་དུས་མ་གྲུབ་ཡང་འདིག་པས་སོ། །འདིག་དུས་ཀྱི་བར་དུ་བྱས་  
 བ་མི་འགྱུར་ན་ངོ་བོ་ལ་བྱད་མེད་པས་སྤར་བཞིན་ཕྱིས་ཀྱང་འདིག་མེད་དུ་  
 གནས་ཏེ་དང་བོ་མི་འདིག་མཐར་མི་འགྱུར་ཞེས་བའི་རིགས་པས་སོ། །གཉིས་  
 བ་ལ། རྩོད་བ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ས་དང་ས་བོན་སོགས་རྒྱལ་  
 ཚོགས་པ་རང་གི་ངོ་བོ་རྒྱད་ཅིག་དང་པོ་ནས་འབྲས་བུ་སྟེད་པའི་རྒྱད་ཅིག་ཐ་  
 མའི་བར་དུ་ཡང་འགྱུར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པས། རྒྱན་འགྱུར་བ་ལ་ལྟོས་  
 བའི་གཏན་ཚིགས་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་  
 རྩོན་རྩོད་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཚོགས་པ་སྤྱི་བོ་པོ་འགྱུར་མེད་གཅིག་  
 ཡིན་པས་ཚོགས་པ་སྤྱི་ནས་ཏེ་ཚོགས་པ་ཐ་མས་ལྷ་གྲུབ་སྟེད་པ་ལྟར། དེ་  
 གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཕྱིར་ཚོགས་པའི་རྒྱད་ཅིག་དང་པོ་ཚོགས་ཙམ་གྱི་རྒྱབ་ས་  
 ལྷ་ཡང་བསྟེད་བར་འགྱུར། གཉིས་པ་ལ། རྩོད་བ་དང་། དེའི་ལན་གཉིས།  
 དང་པོ། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་ཚོགས་པ་དང་པོ་ལ་གོགས་  
 ཡོད་ཕྱིར་ལྷ་གྲུབ་སྟེད་པར་མི་དེས་སོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། དང་པོ་གོགས་  
 ཅན་ཐ་མ་གོགས་མེད་པ་གཉིས་གཅིག་མིན་ལ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་ཀྱིས་  
 ཁས་བླངས་ལ་གཅིག་ཏུ་འདོད་ཀྱང་དོན་ལ་ཡང་ངོ་བོ་གཉིས་སྤྱུ་འགྱུར་རོ། །  
 གསུམ་པ་ལ། རྩོད་བ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཡང་ཁོན་རེ་འབྲས་བུ་  
 གང་རྒྱལ་མི་ལྟོས་ཀྱང་འབྲུང་ངེས་པས་མ་བྱེད་པའི་ན་ནས་ཀྱི་རྒྱུ་ཚོགས་  
 ཀྱང་སྤྱི་ལྷ་ཡི་ལྷ་གྲུབ་སྟེད་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ལྟོས་མེད་ཀྱི་རྟགས་ཞུགས་ཀྱང་།

ནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོག་ས་དེས་སྤྱི་ལུ་ལྷ་གྲུ་མི་བསྐྱེད་པས། སྤྱི་ལུ་ལྷ་གྲུ་ལྷོས་མེད་  
ཡིན་ཅེས་པ་ལྟར་ལྷོས་མེད་ཀྱི་གཏན་ཆོག་ས་འདྲི་ནི་མ་དེས་ལོ། གཉིས་པ་  
ལ། ལན་དང་། ལན་དེ་རང་ལ་མི་མཆུངས་པའི་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། སྤྱི་  
ལུ་ལྷ་གྲུ་ནི་རང་ཉིད་ས་བོན་ལ་ལྷོས་བྱིར། ལྷོས་བཅས་ཡིན་གྱི་ལྷོས་མེད་  
ཡིན་པའི་རྟགས་མ་གྲུབ་པོ། །གཉིས་པ་ལ། མཆུངས་པའི་ཚུང་བ་དང་། དེ་  
སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། འོ་ན་སྤྱི་ལུ་ལྷ་གྲུ་རང་གི་ས་བོན་ལ་ལྷོས་པ་དེ་  
བཞེན་འཛིག་པའི་རྒྱ་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་ལུ་ལྷོས་མེད་ཏུ་འཛིག་པ་  
མིན་གྱི་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཐོ་བ་སོགས་གཞན་ལ་ལྷོས་པའི་བྱིར་ལྷོས་མེད་ཀྱི་  
རྟགས་མི་གྲུབ་ཤིང་། གཉིས་པ། དེ་གཉིས་མི་མཆུངས་ཏེ་ལྷ་གྲུ་ནི་རང་  
རང་གི་རྒྱ་ལ་ལྷོས་དགོས་ལ། དངོས་པོ་འཛིག་པ་དེ་དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཆ་ལ་  
བཏགས་པ་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་རྒྱ་ལས་ལོགས་སུ་འཛིག་པའི་རྒྱ་གཞན་  
ལ་མི་ལྷོས། འཛིག་པ་དངོས་མེད་མེད་དགག་གི་ཆ་ཅམ་ལ་བཟུང་ན་རྒྱ་མི་  
དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འཛིག་བྱེད་གཞན་མི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་གསུམ་གྱི་ཚུང་སྤང་། རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགྲུལ་  
ལུས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞི་གཏུ་འགྱུར་བ་དང་། ཞིག་པ་དེ་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་  
དང་གཞན་ཏུ་བརྟག་ན་མི་འཐད་བ་དང་། བྱས་ཡོད་ཏུ་མཆུངས་པ་ལ་རྟག་  
མི་རྟག་གཉིས་མི་སྤྱིད་ན་དངོས་པོར་མཆུངས་པ་ལ་ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་  
གཉིས་ཀྱང་མི་སྤྱིད་པར་མཆུངས་པ་ཡི་ཐལ་བ་གསུམ་གྱིས་བྱས་ཡོད་ཀྱིས་

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་འདྲིར་མི་འགོག་སྟེ་གནོད་མི་རྒྱས་  
 ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་གནོད་པ་ཅན་གྱི་གཏན་ཚིགས་ལ། གནོད་པ་སྟོན་པའི་  
 ཡུལ་བྱོམས་སྟེ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་པ་གཉིས་དང་པོ། དབང་ལྷག་པ་  
 སྟགས་ན་ཟེ། ལྷ་རྟོག་པལ་ཆེར་ནག་པོ་ཡིན་ཡང་དགའ་བོ་ཡོད་སྟེ་དེ་ལྟར་  
 དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་སྟེ་ཚིགས་པས་བུམ་སྟགས་པལ་ཆེར་མི་རྟག་གྲུང་དབང་  
 ལྷག་སྟགས་དངོས་པོ་དང་རྟག་པ་ཡི་གཞི་མཐུན་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་མི་འགལ་  
 ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ་ལ། བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ། དེ་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་དབང་ལྷག་སྟགས་རྟག་པ་དེས་དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་  
 ན། དངོས་མེད་ཡིན་པའི་བྱེད་མིང་དུ་དབང་ལྷག་བརྟགས་པ་མ་གཏོགས་  
 དོན་ལ་མཐུན་པས་མིང་ལ་མི་ཚུད་དོ། །འོན་ཏེ་དོན་བྱེད་རྒྱས་ན་ནི་བྱ་བ་བྱེད་  
 པའི་ཆེད་འགྱུར་རམ་མི་འགྱུར་འགྱུར་ན་ནི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ཉམས་ལ། འགྱུར་  
 པ་མེད་ན་དོན་བྱེད་པ་འགལ་ཏེ་སྤར་ལྟར་རྟག་ཏུ་གནས་པས་སོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། ཕྱི་བའི་རྟགས་འགོད་པ། སྦྱར་བའི་དོན་དོས་གཟུང་བ་གཉིས། དང་པོ།  
 དེས་ན་ཤེས་བྱ་གང་དང་གང་དོན་བྱེད་པ་མིན་པ་དེ་ལ་དངོས་པོ་མེད་པས་  
 བྱེད་པའི་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །དབང་ལྷག་སྟགས་རྟག་པ་འདྲ་དོན་  
 བྱེད་པས་སྟོང་དོ། །ཞེས་རྟགས་འགོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ཆོས་ཅན།  
 བསྐྱབ་བྱ། གཏན་ཚིགས་ཀྱི་དོན་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་འདྲིའི་རྒྱལ་བསྐྱབ་  
 པ་ལ་ཆོས་ཅན་ནི་ཡོད་ཀྱིས་ཁས་སྐྱངས་པའི་དབང་ལྷག་སྟགས་རྟག་པའི་

སྒྲོ་དོན་གང་ཞིག་མི་རྟག་ལས་ལོག་ཅམ་གྱི་གཞན་སེལ་སྒྲོ་བདགས་ལ་རང་  
མཚན་དུ་ཞེན་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དག་ཏུ་བརྗོད་པའི་དངོས་མེད་  
ཅམ་མིན་པར་དོན་གྱིས་གོ་བ་བྱས་ཡོད་གིས་སྟོང་པའི་མེད་དགག་གི་རང་  
བཞིན་དངོས་པོ་བཀག་ཉིད་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལ། རྟོགས་ཆོས་དང་ཁྱབ་པ་བསྒྲུབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དགག་  
གཞག་སྤང་གསུམ། དང་པོ་ལ། རྟོགས་ཆོས་མདོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་།  
རང་རིག་གཅིག་ལུས་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་  
ཁ་ཅིག་རྟག་པ་ལ་རིམ་ཅིག་ཆར་གྱིས་སྟོང་པའི་རྟོགས་ཆོས་རྟག་པའི་སྟོང་དུ་  
དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པར་མདོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་ཟེར། དེ་མི་འཐད་དེ་དགག་  
པ་བྱེད་པ་ལ་དགག་བྱ་འཛིན་པ་ལམ་དམིགས་པའི་ཆད་མ་སྒྲེ་མི་དགོས་པའི་  
ཁྱིར་རོ། །གཉིས་པ། ལུ་ལུ་ན་རེ་རྟག་པ་འགྱུར་མེད་ལ་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་  
པར་རྟོག་པ་ཉམས་སུ་སྟོང་པའི་རང་རིག་གཅིག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ལོ།  
དེ་ལྟ་ན་སུ་རྟོགས་བྱེད་རྟག་པ་བྱེད་པོ་ཡིན་པའི་ལོག་རྟོག་ཉིད་ཀྱང་མི་སྤྱིད་  
པར་འགྱུར་ཏེ་སྟོང་བས་གྲུབ་པའི་ཁྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་  
ན་རང་ལུགས་ཆོས་ཅན་སྤྱི་རྒྱལ་གྱིས་ཁས་སྤངས་པའི་རྟག་པ་སྒྲུབ་ཅིག་གིས་  
སྟོང་པར་རྟོགས་པ་ལ། དེ་ལྟ་ན་རིམ་ཅིག་ཆར་དུ་དོན་བྱེད་པམི་སྤྱིད་པ་ལམ་  
འགོག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཉིད་གྱིས་རྟོགས་ཆོས་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ་རྟགས་  
ལས་རྗེས་སུ་དབག་ནས་གྲུབ་པོ། །གསུམ་པ་རྟགས་དེ་ལ་ཅོད་སྤང་ལ།

རྟག་པའི་གནས་སྐབས་ལ་མི་ཁྱེད་པ་སྤང་བ། རྟག་པའི་རང་བཞིན་ལ་མི་  
 ཁྱེད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་ཕྱོགས་སྤང་། ལན་གཉིས། ཡང་ཁོ་ན་  
 རེ། རང་བཞིན་རྟག་གྲང་གནས་སྐབས་རྣམས། འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རྟག་པ་  
 ཡིན་ཡང་དོན་བྱེད་པ་འཐད་ཅེན། གཉིས་པ། རང་བཞིན་དང་གནས་སྐབས་  
 གཉིས་པོ་གཅིག་ན་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་ཚོས་གཉིས་ཡོད་པ་འགྲལ་ཁིང་ཐ་  
 དྲ་ཡིན་ན་གནས་སྐབས་མི་རྟག་པས་དོན་བྱེད་དུ་རྟག་ན་ཡང་རང་བཞིན་  
 རྟག་པས་དོན་བྱེད་པ་འགྲལ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། ཕྱོགས་སྤང་། ལན་  
 གཉིས། དང་པོ། ཡང་ཁོ་ན་རེ་རྟག་པ་ལ་སྤྲད་ཅིག་གིས་འདྲིག་པ་མེད་པའི་  
 རྟག་པ་ཡིན་ན་ཡང་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྤང་བའི་རྟགས་པའི་འགྱུར་བ་ཡོད་པས་  
 བྱ་བ་བྱེད་པ་འཐད་དོ་ཅེན། གཉིས་པ། དྲང་པོ་ནས་སྤྲད་ཅིག་གིས་མི་འདྲིག་  
 ན་རྟགས་པའི་འགྱུར་བ་འང་ག་ལ་སྤྲད་དོ། །གཉིས་པ་བྱུང་བ། གང་དོན་  
 བྱེད་ཅུས་པ་དངོས་པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་བཀག་པ་ལ། དངོས་པོ་  
 མེད་པས་བྱུང་བ་འགྱུར་སྟེ་རྣམས་ལའང་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་གཉིས་  
 གྲག་སྤང་བའི་དགོས་པ་ལ། གཞན་ལུགས་དག་ག་ རང་ལུགས་གཞན་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་དེ་གཉིས་གང་རུང་གིས་བྱུང་བ་འགྱུར་པས་གཉིས་  
 ཀ་མི་དགོས་སོ་ཟེར་བ་ལ་གཞན་དག་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ལམ་སྤྱོད་དུ་སྟེ་སྟོན་  
 འགོ་ལྟ་བུར་སྟོན་མེད་འཆད་པ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ། དེས་ན་ལོག་ཏེ་རྣམས་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོ་གཏུག་ཚིགས་རྣམས་གཉིས་

གསུངས་ཏེ་འཛིག་རྒྱ་དང་སྤྱད་ན་འཛིག་ལ་མ་སྤྱད་ན་མི་འཛིག་པར་འདོད་  
 བ་ལ་ལྟོས་མེད་དང་སྤྱད་ཀྱང་མི་འཛིག་པར་འདོད་པ་ལ་གཞོན་པ་ཅན་ཏེ་འདི་  
 གཉིས་ཡུལ་སོ་སོ་བ་ཡིན་པས་འཛིག་པར་ཁས་ལེན་ན་གཞོན་པ་ཅན་དང་  
 མི་འཛིག་པར་ཁས་ལེན་ན་ལྟོས་མེད་ཀྱི་རྟགས་འཇུག་གོ། གཉིས་པ་དེ་བྱུང་  
 གི་འབྲེལ་བ་ངེས་བྱེད་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། གཞན་དག་རྒྱ་  
 འབྲས་དང་པོ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་མ་དམིགས། དེ་ནས་རྒྱ་དམིགས། དེ་ནས་  
 འབྲས་བྱ་དམིགས། དེ་ནས་རྒྱ་ལོག་པས་རྒྱ་མ་དམིགས། དེ་ནས་འབྲས་  
 བྱ་ལོག་པས་འབྲས་བྱ་མ་དམིགས་པ་སྟེ་ཐུགས་ལྷན་དེས་ཞེས་ཟེར་ཡང་།  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་ཅམ་ལ་ཟེར་ན་རྒྱ་དང་ཉི་ཟེར་སོགས་ལ་ཡང་  
 ཏུ་ཅད་ཐལ་མྱིར་འདི་མི་འཐད་དོ། གཉིས་པ་ལ་རྒྱ་འབྲས་སྒྱུ་འཛུགས་ཉིད།  
 དེ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ། དེ་ལ་ཅོད་སྤངས་གསུམ། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་།  
 ཞར་ལ་རྒྱུ་འབྲེལ་བ་གཉིས། དང་པོ། རང་ལུགས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
 བྱི་རིམ་པར་ཐན་འདོགས་བྱ་འབྲས་བྱ་དང་འདོགས་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ། རྒྱ་ཡང་འབྲས་བྱའི་ངོ་བོ་ལ་ཐན་འདོགས་པ་ཉིད་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་  
 རྒྱད་པར་ལ་ཐན་འདོགས་པ་སྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ། གཉིས་  
 པ། དེ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་རང་བཞིན་རྗེས་སུ་འགོ་ལྟོག་གི་སྟོན་ནས་ཐུགས་  
 གསུམ་ནམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ནས་ཐན་ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་ཅོད་སྤངས་ལ། སྒྱུ་འཛུགས་ཀྱིས་མདོར་བསྟན། དེ་བྲག་རྒྱས་བཤད་

གཉིས། དང་པོ། རྗེས་སུ་འགོ་ཤོག་གི་མཆན་ཉིད་མི་འབྲུབ་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 འགོ་ཤོག་ཙམ་གྱིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ན་ཏུ་ཅད་ཐུལ་ཟེར་བ་དང་གོག་མཁར་  
 ལས་དུ་བ་སྒྲིལ་བ་སོགས་རྒྱ་མིན་གཞན་དུ་རྒྱ་ཡིན་པར་འབྲུལ་བས་འདིར་  
 མི་གཞོད་དོ། །གཉིས་པ་གཞན་དུ་འབྲུལ་བ་བཤད་པ་ལ། རྒྱ་མིན་ལས་སྒྲིལ་  
 བ་སྒྲིལ་བས་མ་དེས་པ་དགག་སྒྲིལ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་འབྲས་སྒྲུབ་པར་བརྟན་པ་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ་དགག་པ་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ།  
 གང་དག་རྒྱ་མིན་ལས་སྒྲིལ་པ་དེ་ནི་རང་གི་རྒྱ་དངོས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡི་འབྲས་  
 ལུ་མིན་ཏེ། རང་རྒྱ་ལས་མ་སྒྲིལ་པའི་ཕྱིར་ནམ་པར་འབྲུལ་བས་དེ་གཅིག་ཡིན་  
 པར་འབྲུལ་པ་ལ་དེ་མིན་ལ་དེ་ཡི་མིང་གིས་བཏགས་པར་ཟད་དོ། །གཉིས་  
 པ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མིན་དེས་བརྒྱབས་པ་རྒྱའི་འབྲས་བྱ་དངོས་ཉིད་མིན་ན་དོ་གཙུབ་  
 པའི་མེ་མེ་མིན་པར་འགྱུར་ཞིན། རྫོང་དང་གིང་སོགས་མེ་ཡི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་  
 མིན། མེ་རྒྱ་རུལ་རྗེས་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་ནང་གི་མེ་ཡི་རུལ་ཐུན་ཡིན་ལ་མེ་ཡི་  
 རུལ་ཐུན་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་གིང་རྒྱ་དང་པའི་རྒྱ་བདག་སྒྲིལ་ནི་རྫོང་གིང་སོགས་  
 ཡིན་ཏེ་མིག་གིས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་མིག་གིས་སྒྲུལ་ཡིན་ལ་དེའི་བདག་སྒྲིལ་དབང་  
 པོ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཡང་ན་སྒྲིལ་དྲང་སྒྲིལ་ཡི་རྒྱ་དྲང་འབྲས་  
 ལུ་མི་འདྲ་བར་ཐད་དྲ་དུ་ཡོད་དེ་མེ་ཡིས་བསྐྱེད་པའི་དུ་བ་སྒྲུལ་དྲ་དུ་བས་  
 བསྐྱེད་པ་སྒྲིལ་དུ་བ་རང་གི་ཉེར་ལེན་ལས་སྒྲིལ་པ་ཡི་འབྲས་སྒྲུ་དུ་བ་སྒྲིལ་སྒྲི་  
 དུ་བའི་བྱ་དྲ་བར་གཉིས་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་མཆན་གཞི་དངོས་གཞུང་

བ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། རང་མཚན་རྒྱུ་བ་དང་ནི་སྒྲ་དོན་ཏེ་  
 དོན་སྒྲི་རྒྱུ་བ་གཉིས་འབྲེལ་བའི་མཚན་གཞིར་མི་འཐད་དེ་རང་མཚན་ལ་  
 འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་སྒྲ་དོན་རྒྱུ་བ་ས་དོན་རང་མཚན་གོ་མི་ནུས་པས་སོ། །  
 གཉིས་བ་རང་ལུགས། རྟོག་དོར་སྒྲ་ཡི་དོན་ལ་རང་མཚན་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ཏུ་  
 བ་དང་མེ། བྱས་དང་མི་རྟག་སོགས་ཀྱི་ལྟོག་བ་རྣམས་དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུང་  
 བའི་གཞན་སེལ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གསུམ་བ་འབྲེལ་བ་དེ་གང་གིས་ངེས་པའི་  
 ཚུལ་ལ། རྟོགས་ངེས་ངེས་བ་གཞན་ཀྱི་ལུགས་བརྗོད། གཉིས་ཀ་དགོས་བ་  
 རང་གི་ལུགས་བརྟན། འབྲེལ་བའི་དོན་བརྟན་ཏེ་བརྟན་བ་གསུམ། དང་པོ།  
 ཁ་ཆེའི་རྟོག་གི་བ་ཆེན་པོ་བདེ་བྱེད་དག་འབ་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཆད་  
 མས་ངེས་ཀྱང་དཔྱོད་བ་ཡིས་རང་བཞིན་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ངེས་བ་རྟེན་ཅིས་  
 གཤགས། ཤར་རྟོགས་ཉི་འོག་བའི་བརྗོད་རྣམས་ཀུན་མཐུན་བར་སྤར་ལྟར་  
 རྗེས་སུ་འགོ་རྟོག་ངེས་པའི་ཆད་མ་ཡིས་འབྲེལ་བ་ངེས་བ་རྟེན་བར་འདོད་  
 དོ། །གཉིས་བ། རྒྱ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བ་ཡི་འདོན་སྤངས་གཞན་  
 སེལ་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡུལ་འབྲེལ་བས་རང་མཚན་དང་དོན་སྒྲི་གཉིས་  
 དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་ཏུ་རྟོག་ཅིང་དཔྱོད་བ་དེ་ཡིས་འབྲེལ་བ་ངེས་བ་ཡིན་  
 ནོ། །གསུམ་བ། དངོས་པོའི་དོན་རང་མཚན་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་ལ་འབྲེལ་  
 བ་གཉིས་ཀྱང་སྒྲོས་འབྲེལ་བ་ཞེས་སུ་སྒྲོ་བདགས་བ་ཡིན་ཁིང་དེའི་ཚུལ་ཡང་  
 སྒྲ་ཡི་དོན་ལ་རང་མཚན་ཏུ་འབྲེལ་བས་འདི་དང་འདི་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་འབྲེལ་



བའི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱེ་བའི་ཆོག་ས་སྐྱེ་བཅན་པའོ། །  
ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་འབྲེལ་བ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྐྱེ་བྱུག་  
པའོ། །

གཉིས་པ་འགལ་བ་ལ། འགལ་བ་སྐྱེའི་མཆན་ཉིད་དང་། མཆན་གཞིའི་  
རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཆོས་གང་ཞིག་ཆོས་གཞན་གང་ལ་གཞོད་  
བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེ་ཡི་འགལ་བ་ལྷན་ཡི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།  
བརྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ། འགལ་བ་དེ་ཡང་དངོས་པོ་ཡིན་པ་དང་དངོས་  
མེད་ཡིན་པ་ཉིད་གྱི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་ལྟོས་ནས་དངོས་པོ་ལ་ལྟན་ཅིག་  
མི་གནས་པ་དག་དང་འགལ་བ་དངོས་མེད་ཡིན་པ་ལ་ཕན་ཚུན་སྦྲངས་  
འགལ་གཉིས་སྐྱེ་བཞིན་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ་དང་།  
ཕན་ཚུན་སྦྲངས་འགལ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་མཆན་  
ཉིད། འགལ་བ་གནས་པའི་ཡུལ། གཞོད་བྱ་ལྟོག་པའི་དུས། འགལ་བ་ངེས་  
བྱེད་གྱི་ཆོད་མ་བཞི། དང་པོ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ན་  
རེ་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་མཆན་ཉིད་དངོས་པོ་གཉིས་ལ་གནས་པའི་ཆོས་  
གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་དུ་འདོད་པ་དབྱེད་ན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཞོད་བྱ་གཞོད་  
བྱེད་དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཆོག་ས་པའི་སྐྱི་གཅིག་མི་སྤྲིད་ལ་རེ་རེ་འགོད་ན་  
རྒྱ་འབྲས་གྱི་མཆན་ཉིད་ལྟར་མ་བྱུང་པོ། །གཉིས་པ། དེས་ན་རང་ལུགས་  
བཞག་ན་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་གཉིས་དུས་མི་མཉམ་པར་རྒྱ་འབྲས་བཞིན་

དུ་སྐྱེ་བྱི་བ་དང་ཡིན་ནོ། །གང་གིས་གནོད་བྱ་བྱས་མེད་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་  
གནོད་བྱེད་ཟེར་གྱི་སྐད་ཅིག་ལ་གནོད་བྱེད་མི་གྲུབ་པས་ཆ་རེག་སྐད་ཅིག་  
དང་པོ་དེ་གང་རེག་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་གནོད་བྱེད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།  
འགལ་བ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་བ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལྟན་  
ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བ་ནི་སྐྱེད་པ་ངོ་པོ་གཅིག་ལ་མི་སྤྲིད་ཅིང་ཅིག་ཤོས་  
དངོས་མེད་ཡིན་པ་ལའང་མི་སྤྲིད་པས་ན་དངོས་པོ་གཅིག་ལ་གཅིག་གནོད་  
བྱེད་ཡིན་པ་གཉིས་ལ་འཇུག། དེ་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱན་བྱས་མཚུངས་སུ་འགྲོག་  
མི་རུང་བས་རྒྱན་འགལ་བ་ཡིན་གྱི་སྐད་ཅིག་ལ་འགལ་བ་འཐད་པ་མིན་ཏེ་  
གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་གཉིས་པོ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་  
པ་ལ། ཡུལ་ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ། རྗེས་ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་གཉིས།  
དང་པོ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། རོན་སྐད་ཅིག་མ་ནི་མི་  
འགལ་ལ་རྒྱན་ནི་རྗེས་སུ་མ་གྲུབ་པ་དེས་ན་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡོད་  
པར་མི་འཐད་ལོ། །གཉིས་པ། གནོད་བྱེད་དང་སྤྲད་པའི་སྐད་ཅིག་སྐྱ་མ་  
སྐྱ་མ་ལས་སྐྱ་མེད་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་མ་སྐྱེས་ཏེ་ཆ་རེག་དང་གང་རེག་སྐད་ཅིག་དང་  
པོ་སྤྲད། དེ་ནས་གང་རེག་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་གསར་དུ་བྱས་མེད་དུ་སྐྱེ་བས་  
སོ། །སྐད་ཅིག་སྐྱ་སྐྱེ་དེ་ལ་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་བརྟགས་པ་དེ་དག་ལྗོངས་པར་  
བྱེད་པ་ལ་འགལ་བ་ཞེས་བརྗོད་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ཚུད་  
པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་ཆ་རེག་གང་རེག་གི་རྒྱལ་སྤྲན་འགལ་

བ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་གཤིབ་ནས་གནས་ན་ནི་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པ་ཡིན་  
 བར་འགལ། མི་གནས་ན་ནི་སྤང་དུས་དེ་ཉིད་རྒྱ་གཤིབ་པོ་བཙོམ་པས་ད་  
 ལྟའི་སྤང་ཅིག་གཉིས་དུས་མཉམ་པས་གཞོད་བྱེད་རྒྱ་དང་དེས་གཞོད་བྱ་བཙོམ་  
 བའི་འབྲས་བུ་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་འབྱུང་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ། གཞན་  
 གྱི་ལན་དགག་རང་གི་ལན་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞན་ལན་མི་  
 འཐད་པར་བསྟན། དེ་མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཆོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 དེའི་ཚུལ་ལ་གཞན་ལ་ལ་གྲངས་ཅན་པ་སོགས་ནི་གྲང་མེག་གི་རྒྱལ་ཉིན་སྐར་  
 བཞིན་ཆ་མེག་གི་ཁོང་རྒྱ་ཉི་ཤུར་བག་ལ་ཞུ་བར་འདོད་ལ་བྱེ་བྲག་པ་སོགས་  
 ཁ་ཅིག་ཆ་གྲང་གི་རྒྱལ་སྤང་ནས་གྲང་མེག་ཆ་མེག་གི་རྒྱལ་རྒྱ་བསྐྱར་བར་འདོད།  
 ཉན་ཐོས་པ་འགའ་ཞིག་བསྐྱར་བ་བར་དང་བཅས་པ་སྤྱད་པ་མེད་པར་གྲང་  
 རྒྱལ་གཞན་གྱིས་མེག་པའི་གོ་བཀག་ནས་རགས་པ་ཚོམ་མི་རུས་པར་འདོད་  
 དོ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་རྒྱལ་སྤོང་ཉག་པར་སྒྲུབ་དེ་དག་ནམས་འབྱུལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ། བག་ལ་ན་བའམ་སྤང་བ་མེད་པ་དེ་གཉིས་གང་ཡིན་ཡང་རུང་  
 ལྟན་ཅིག་གནས་ན་འགལ་བ་ཡིན་པ་ཉམས། བསྐྱར་ན་ནི་རྒྱལ་སྤོང་ཉག་  
 བར་འདོད་པ་འགལ་ཡོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་ན་རང་ལུགས་རྒྱལ་  
 སྤོང་མང་བ་རུས་ལྟན་རྒྱུ་ལ་དེ་ལས་འགལ་སྒྲའི་རྒྱལ་སྤོང་སྤོང་མ་ཞིག་ནས་  
 ཕྱི་མ་ཉུང་བ་རུས་མེད་སྤྱི་ཕྱིར་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །  
 གསུམ་པ་གཞོད་བྱ་ལྟོག་པའི་དུས་ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ། དང་པོ་

ལ། ཐུགས་སྒྲ་བརྗོད། དེ་དག་གི་པ་གཉིས། དང་པོ། ལ་ལ་སྤང་གཉིན་  
 གྱི་བྱ་བ་རྗོད་པ་པའི་རྣམས་ཅིག་གསུམ་ལ་ལྟོག་པ་དང་འགའ་ཞིག་སྤང་གཉིན་  
 གཉིས་ད་ལྟ་ནས་དོར་ཏིང་གི་བར་དུ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་དུ་ཡུན་རིང་འགྲོགས་  
 ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ། དེ་གཉིས་ལྟར་ན། ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་ལ་ལྟན་ཅིག་དུ་མི་གནས་པ་དེ་སློ་ཆེན་ཁྱོད་ལས་སྤྱོད་ཤིང་མཆོར་  
 ཆོའི་ཞེས་བསྟིང་ཆོག་གོ། གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དམ་ཆོས་དང་། སློ་  
 ཆོས་ཀྱི་འགའ་པ་གཉིས། དང་པོ། ཆ་ཤིག་དང་གང་ཤིག་སྒྲིགས་དོན་ཆོས་  
 རྣམས་དུས་གཅིག་ལ་འདྲར་རུང་བས་རྣམས་ཅིག་དང་པོ་ཡན་དུང་གཉིས་པ་  
 ལ་ལུས་མེད་དུ་བྱེད་གསུམ་པ་ལ་གནོད་བྱ་འགག་པ་དང་གནོད་བྱེད་སྤྱིས་པ་  
 དེ། རྣམས་ཅིག་གསུམ་ལ་དོན་པམ་ཆོས་ཀྱི་འགའ་ལྷའི་རྒྱན་ལྟོག་གོ།  
 གཉིས་པ། དེས་སྒྲོ་འདྲིམས་སྒྲིགས་སློ་ཆོས་དུས་ལ་ལྟོགས་པ་རྣམས་རྣམས་ཅིག་  
 དང་པོར་ཡན་མི་མེད་པས་དེས་པ་སྤྱིས་པས་སྒྲོ་འདྲིམས་སྤྱིས་ཏེ་མ་འོངས་  
 པ་འཕྲོ་མཐུད་དེ་མི་སྤྱི་བ་ཅི་མ་ནི་སློ་ཡི་ཆོས་ཀྱི་འགའ་ཚུལ་ཡིན་ནོ། གསུམ་  
 པ་ཚུངས་སྤང་ལ། དོན་འགའ་ལ་ཚུངས་སྤང་དང་། སློ་འགའ་ལ་ཚུངས་སྤང་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ། ཆ་ཡོད་མེད་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ། ལུས་པ་སྒྲིགས་མེད་  
 ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། ཐུགས་སྒྲ་མས་ཚུངས་པ་  
 དང་། དེ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ། དང་པོའི་རྣམས་ཅིག་གཅིག་ལ་རྣམས་ཅིག་  
 གསུམ་གྱི་ཆ་མེད་ན་ནི་རྣམས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ཚུམ་པ་མེད་པར་འགྱུར། དེ་

ལའང་ཆ་ཤས་དབྱེར་ཡོད་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བས་སྐད་ཅིག་གསུམ་ལ་  
 ལྷོག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་གྲུབ་པར་དགའ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། སྐད་ཅིག་ལ་  
 ཉི་དུས་ལ་ལྷོས་པའི་ཕྱིར་ཆ་ཤས་སུ་དབྱེ་བ་མེད་རྒྱན་ཡང་སྐད་ཅིག་གི་ཐེང་  
 བ་སྐྱེས་ཙམ་ཡིན་ཞིང་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་དུ་ལ་དང་སྐད་ཅིག་མི་མཚུངས་པར་  
 དུས་སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་ཡོད་པས་དོན་བྱེད་ཅུས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གསུམ་པ་ཉིད་ལ་  
 ལྷོག་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། ཅོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཆ་  
 ཡོད་མེད་ལ་བརྟགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཅུས་པ་ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་དེ། ཆ་  
 རེག་དང་དུས་མཉམ་པའི་གང་རེག་ཅུས་པ་ཐོགས་མེད་དེས་རང་གི་སྐད་ཅིག་  
 བྱི་མ་ཅུས་ཅན་བསྐྱེད་པའི་ཐོགས་མེད་དུ་མ་ཅུས་མེད་བསྐྱེད་པའི་ཐོགས་མེད་  
 ཡིན་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་མི་སྤྱིད་ལ། དང་པོ་ལྟར་ན་ཆ་རེག་གིས་ལྷོག་མི་  
 ཅུས་ལ་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཆ་རེག་མི་དགོས་པར་རང་འགག་པས། གཉིས་ཀྱི་  
 ལྟར་ཡང་ཆ་རེག་ལ་དགོས་ཅུས་མེད་པར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། གཉིས་པ། གང་  
 རེག་ཅུས་པ་ཐོགས་མེད་དེ་རང་གི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་ཉེར་ཡོན་ཙམ་ཡིན་  
 གྱི་ཅུས་དང་ཅུས་མེད་གཉིས་ཀའི་བྱེད་མི་བྱེ་ལ། དེ་ལྟར་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་ཅུས་  
 ཅན་གྱི་རྒྱུན་གང་དང་ཅུས་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱུན་གང་སྤྱད་པ་དེ་ཡིས་འབྲས་  
 ལུ་འབྱོན་པ་ཡིན་ཏེ་ཆ་རེག་སྟོབས་ཆེན་ཅུས་མེད་གང་རེག་སྟོབས་ཆེན་ཅུས་  
 ལྟར་དུ་སྐྱེ་སྟེ་འཛིན་པ་ཤས་ཆེན་སྐྱ་བ་དང་ཆུ་ཤས་ཆེན་སྐྱ་བ་བཞིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་སྟོ་འགའ་ལ་ཁོ་ཅོད་སྤང་ལ། ཅོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། སྤང་

བྱའི་དོ་བོ་འམ་ས་བོན་སྤྲོད་བཀའ་ཡིན་དོ་བོ་ཅམ་གཞན་ལ་ཡིད་གཏད་པས་  
 གྲང་ལྟོག་པས་ཚད་མ་མི་དགོས་ལ་ས་བོན་འཛམས་པའི་རྩམ་བ་ཚད་མ་ལ་  
 ཡང་མེད་པས་ན་གཉིས་ཀྱི་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་ཟེད། གཉིས་པ། དེ་རྗེས་  
 བྱའི་ཉིང་འཛིན་སོགས་ས་བོན་སྤྲོད་བའི་གཉིན་པོ་འདྲ་ཡོད་མོད་ཀྱི་འདིར་  
 ཚད་མ་ལས་བྱུང་བའི་དེས་པས་སྒྲོ་འདོགས་མི་སྒྲེ་བར་བྱེད་པས་དེས་པ་ཡོད་  
 པ་རི་སྤྲོད་དུ་སྒྲོ་འདོགས་མེད་པ་ལ་འཛིན་གི་གོང་གི་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལྟར་མིན་  
 རོ། །བཞི་པ་འགལ་བ་དེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ལ། དོན་ལ་འགལ་བ་དགག་  
 སྒྲོ་ངོར་འགལ་བ་ཚད་མས་བསྒྲུབ། གྲུབ་པ་ལ་ཚུད་སྤང་གསུམ། དང་པོ།  
 དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་དེ་འབྲེལ་བ་བཞིན་དུ་འགལ་བ་ཡང་དངོས་པོའི་དོན་  
 ལ་གྲུབ་པ་མེད་དེ་གཅིག་ཡོད་ན་གཅིག་མེད་ལ་དུས་མཉམ་པའི་ཚེ་གྲང་ལྟ་  
 བུན་འགལ་འབྲེལ་གཉིས་ཀ་མིན་ནོ། །སྒྲོ་ངོར་རྒྱན་འགོགས་སུ་མི་བྱུང་བ་  
 འདི་དང་འདི་འགལ་ལོ་ཞེས་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་ནས་འགལ་བ་  
 ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །གཉིས་པ། དེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ཡང་གང་  
 སྤྲོད་དང་ཅིག་ཤོས་མི་སྤྲོད་མ་གཏོགས་པ་འགལ་བ་དེས་བྱེད་གཞན་ཡོད་  
 པ་མིན་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་བཞིན་དུ་དང་པོ་གཞོད་བྱ་བུས་མེད་དང་གཉིན་པོ་སྤྲོད་ས་  
 ལྟན་གཉིས་ཀ་མ་དམིགས། དེ་ནས་གཉིན་པོ་རྩམ་ལྟན་དམིགས། དེ་རྗེས་  
 གཞོད་བྱ་བུས་མེད་དམིགས་པས་ཚད་མས་དེས་སོ། །གསུམ་པ་ལ། ཚུད་པ་  
 དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ན་རེ་གྲང་རེག་འགོག་ལ་མེ་ཅམ་ནི་

མ་དེས་ཏེ་མེ་ཡོད་ཀྱང་གྲང་རེག་མེད་པར་མ་དེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྟོབས་  
 དང་ལྷན་པ་ཉགས་སུ་བཀོད་ན་མི་འགྲུབ་དེའི་ཆོ་གྲང་རེག་སྣང་རུང་ན་སྣང་  
 རུང་མ་དམིགས་པས་ཁེགས་ཤིང་། སྣང་མི་རུང་ན་དེ་བས་སྟོབས་ཆེ་བའི་  
 ཕྱོགས་ཆོས་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་རོ་ལོ། གཉིས་པ། ཁ་ཅིག་མེ་སྟོབས་  
 ལྷན་ཉགས་སུ་བཀོད་ནས་དགག་བྱ་འགོག་ཅིས་ཟེར་ཡང་གྲང་རེག་སྟོབས་  
 ཆེན་ཆ་རེག་མེད་ལ་མཉམ་ན་གཉིས་ཀ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རང་གི་རོ་བོ་མེ་ཙམ་ཡིན་ཏེ་མི་སྣང་བ་ཉིད་གྱིས་འགལ་  
 གླའི་གྲང་རེག་མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྦངས་འགལ་ལ། དགག་  
 གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྣ་བཅོད། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་  
 ལ། མཆན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཆོས་གང་ཞིག་ཆོས་གཞན་  
 གྱིས་དཔྱེན་པ། ལན་ཚུན་སྦངས་འགལ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 གཉིས་པ། དབྱེ་ན་དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་ལྟོག་ཙམ་དུ་གནས་པ་དངོས་  
 འགལ་དང་བརྒྱན་འགལ་གཉིས། བརྒྱན་འགལ་ལའང་དངོས་འགལ་  
 གྱི་བྱང་པར་དུ་བྱས་མ་བྱས་རྣམས་གཉིས་འདྲོད་ཅིང་དེ་ལའང་ཐས་དངོས་  
 འགལ་ཉག་མི་ཉག་སོགས་གསུམ་དང་ལྟོག་པ་འགལ་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ཡོད་  
 པ་ཡི་སྟོན་ནས་ཐས་ལྟོག་རེ་རེ་ལ་དངོས་བརྒྱན་གཉིས་གཉིས་ཡོད་ལ་བརྒྱན་  
 འགལ་ལ་ནང་གསེས་གཉིས་ཡོད་པས་རྣམ་པ་དུག་ཏུ་འདྲོད་དོ། །གཉིས་པ་  
 དེ་དགག་པ་ལ། ཏ་ཅང་ཐལ་བ་འཕེན་པ་དང་། ཐ་དད་ལ་འགལ་བར་

གསུངས་པའི་ཡུང་དོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། སྒྲིན་སྤང་  
གི་ལན་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་དེ་ཆོས་གཞན་གྱིས་དབེན་  
བ་ཅམ་འགལ་བ་ཡིན་ན། ཏུ་ཅང་ཐལ་དེ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པས་ན་འབྲེལ་བ་  
ནམས་ཀྱང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་འགལ་བ་ཁོ་ནར་འགྱུར་  
རོ། །དོན་ལ་དེ་ལྟར་འདོད་དོ་ཞེན། འགལ་བ་རྟགས་སུ་སྤྱར་ན་སྤྱབ་པར་  
འགྱུར་གྱི་འགོག་པ་ཡིན་མ་གཞག་མི་འཐད་པ་དང་འབྲེལ་ན་སྤྱབ་རྟགས་ཀྱང་  
འགལ་བས་དེས་འབྲེལ་ཡུལ་སྤྱབ་པའི་ནམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་  
འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། ལན་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་རེ་  
མེད་སྟོགས་ཐ་སྟོན་དེ་འབྲེལ་ལམ་རྣམས་ལྷོག་ཐ་དད་སྟོ་སེར་སྟོགས་མ་འབྲེལ་  
ཡང་རུང་སྟེ་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་པ་དེ་དོ་པོ་གཅིག་ཡིན་པ་འགོག་པས་འགལ་ཡང་  
འགལ། འབྲེལ་ཡང་འབྲེལ་བས་སྒྲིན་མེད་ཅི་ན། གཉིས་པ། སྒྲིན་པོ་ཉིད་སེར་  
པོ་མིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་འགལ་བ་སེར་པོ་དམིགས་པས་སམ་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲིན་པོ་  
ཡིན་པ་འགོག་དགོས་པའི་བྱིར། སྤྱང་རུང་མེད་པ་ཡི་རྟགས་ནི་རྒྱས་མེད་  
འགྱུར་ཏེ་སྒྲིན་པོ་སེར་པོ་མིན་པ་སྤྱང་རུང་མེད་པས་ཁེགས་པ་ཡིན་པ་ལ་དེའི་  
བྱུང་འགལ་དམིགས་ཀྱིས་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཡུང་དོན། རྟོག་གའི་  
སྐབས་འགར་སྟོ་སེར་དང་མེད་ཏུ་སྟོགས་ཐ་དད་འགལ་བར་གསུངས་པ་ནི།  
འགལ་བ་མཚན་ཉིད་པ་མིན་པར་བརྟགས་པ་བ་ཡིན་ཏེ་དཀར་པོ་དང་འབྲེལ་  
བའི་སེར་པོ་འམ་རྟ་དང་འབྲེལ་བའི་བ་ཡང་ཞེས་ལྟན་ཅིག་འདུག་པ་ལ་འབྲེལ་



པ་ཞེས་འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། འགལ་འབྲེལ་  
 བྱང་སྟོམས་གསུམ་སྒྱིར་བསྟན། ཡན་ཚུན་སྤངས་འགལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་  
 པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཅིག་ཐ་དད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྒྱིར་བསྟན། ཐ་དད་  
 ལ་འགལ་འབྲེལ་བྱང་སྟོམས་གསུམ་ཏུ་འཛོག་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ།  
 རང་ལུགས་ལ་སྒྱིར་རྒྱ་ཐ་དད་དྲ་ཐ་མི་དད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ཤེས་པའི་ངོར་  
 གཅིག་དང་ཐ་དད་ཏུ་ཤར་བའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ཡིས་རིམ་པས་རྫས་དང་ལྷོག་  
 པ་ལ་ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་བྱེད་ལ། གཉིས་པ། དེ་ལས་  
 ཐ་དད་པ་ལ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཡན་པ་དང་གནོད་པ་ལ་རིམ་པས་འབྲེལ་བ་  
 དྲ་འགལ་བའི་གཉིས་ཀྱི་མིན་ན་ཐ་དད་ཅམ་ཡིན་གྱི་འགལ་འབྲེལ་གང་ཡང་  
 མིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཡན་ཚུན་སྤངས་འགལ་དངོས་ལ། མཆོན་ཉིད་  
 དང་། ཚུད་སྤང་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་འགལ། བརྒྱད་འགལ་གཉིས།  
 དང་པོ། སྒྲོ་སྒྲོ་མིན་རྟག་མི་རྟག་ལྟ་བུར་རང་ཡིན་ན་རང་མིན་འགོག་པ་ཡི་ཚོས་  
 དེ་ཅིག་ཤོས་དང་དངོས་འགལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེས་  
 བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བརྒྱད་འགལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་རང་ཡིན་ན་རང་མིན་  
 པའི་ཚོས་བྱད་བྱེད་དུ་ཡོད་པ་དེ་འགོག་པ་འདུས་བྱས་དང་རྟག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ཚུད་སྤང་ལ། དངོས་དང་། རོན་བསྐྱབ་པ་གཉིས།  
 དང་པོ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་སྒྲོ་སེར་བུམ་སྒྲུམ་སོགས་འགལ་བ་གཉིས་གང་  
 ཡང་མིན་པས་གཅིག་གྲུབ་པས་གཅིག་ཡིན་པ་མི་ཁེགས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀའི་

ཡིན་པ་ཡོད་དགོས་ཤིང་ན་དེ་གཉིས་ནི་ཡན་ཚུན་སྤངས་པ་ཡིན་གྱི་སྤངས་ནས་  
 འགལ་བ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཡན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ནི་གཅིག་པ་བཀག་  
 པའི་ཐ་དད་ཡིན་ལ་རྟགས་སྒྲིབ་ཆེད་དེ་ཡིན་ན་དེ་མ་ཡིན་པའི་གནོད་པ་ཅན་  
 གྱིས་འགོག་ལ། ཡན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་སྤངས་པའི་དངོས་པོ་གཉིས་  
 གྱི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པ་སྤང་རུང་མེད་པས་ཁྲིགས་པ་ཡིན་གྱི་ཅིག་ཤོས་  
 དམིགས་པས་གཅིག་འགོག་པ་མིན་ནོ། །བསྐྱུ་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་པཅད་པའོ། །  
 ཆོད་མ་དེགས་པའི་གཏེར་ལས་འགལ་བ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་  
 བདུན་པའོ། །

གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཆོད་མའི་རང་བཞིན་ལ། མཚན་ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བ་དང་།  
 མཚན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྒྲིབ་མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ་  
 གྱི་རྣམ་གཞག་གྱི་བྲག་ཆོད་མའི་མཚན་ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བ་གཉིས། དང་པོ་  
 ལ། ཤེས་བྱ་ལོ་ཆོས་གསུམ་གྱིས་བྱབ་པ་བསྐྱུ་བ་པའི་དགོས་པ་བརྟན། བྱབ་  
 བྱེད་ཆོས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ། ཆོས་གསུམ་སོ་སོའི་རྣམ་  
 གཞག་གསུམ། དང་པོ། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཚན་ཉིད་སོགས་ཆོས་གསུམ་  
 གྱིས་བྱབ་པར་རང་རིག་གིས་བྱབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡི་རྣམ་གཞག་བཤད་དེ་གཞན་  
 དང་མི་འདྲ་བ་དང་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་སྒྲོམ་འབྲུལ་པའི་ཞེན་རུང་དང་གཞི་དང་བཅས་  
 བར་འཆར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། རོ་བོ་ངོས་གཟུང་། དར་འཛོག་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གཉིས། དང་པོ། མཚན་ཉིད་ནི་འདིས་གོ་བར་བྱེད་པ་རྣམ་འཛོག་

གི་རྒྱ་སྟོན་གསལ་གྱི་ལྟ་བུ་དོན་གྱི་སྟངས་ལོང་བའི་ཆོས་ཡིན་ལ་མཆོན་བྱ་  
 བྱི་འདི་གོ་བར་བྱ་བ་ནམ་གཞག་གི་འབྲས་བུ་བ་ལང་གི་ཐ་སྟངས་ལྟ་བུ་སྟོ་ཡི་  
 རོར་བཞག་པའི་ཆོས་ཡིན་པ་དང་། མཆོན་གཞི་ནི་འདི་ལ་གོ་བར་བྱ་བ་མཆོན་  
 ཉིད་དོན་གྱིས་རྟེན་ལ་མཆོན་བྱ་བ་དགས་པར་བརྟེན་པས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྟེན་  
 གྱི་ཆོས་ཉིད་ཀར་ཟེལ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་དག་ནམ་པར་གཞག་པ་དང་འཛིན་བྱེད་  
 ཡིན་ཏེ་རྒྱ་དང་རྒྱའི་འབྲས་བུ་ཆོན་མོ། །དེ་གསུམ་པོ་འང་རང་མཆོན་གྱི་ཆ་ནས་  
 མིན་ཏེ་གཞན་སེལ་བས་ཐུབ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། རྒྱ་མཆོན་དགོས་པར་བསྟན།  
 དགོས་པ་དེ་ལྟར་གྱི་རྒྱ་མཆོན་དངོས་པའད་པ་གཉིས། དང་པོ། མཆོན་མཆོན་  
 གཞི་ཡི་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཡང་ལོག་གསལ་གྱི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ལ་མཆོན་ཉིད་  
 ཟེར་གྱི་གཞན་གཉིས་ལ་མི་ཟེར་བའི་རང་རང་ཐུན་མིན་གྱི་རྒྱ་མཆོན་དགོས་  
 ལ། རྒྱ་མཆོན་དེ་མེད་ན་དེ་གསུམ་པར་ཡིན་ཚུར་ཡིན་དུ་ཐམས་ཅད་འཆོལ་  
 བར་འགྱུར་བ་ཡིན་མོ། །གཉིས་པ་ལ། མཆོན་ཉིད། མཆོན་བྱ། མཆོན་  
 གཞིའི་རྒྱ་མཆོན་གསུམ། དང་པོ་ལ། མཆོན་ཉིད་ལ་མཆོན་ཉིད་མི་དགོས་  
 པར་རྟོག་པ་དགོས་ཀྱང་ཐུག་མེད་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་དགག་ དགོས་པའི་  
 མཆོན་ཉིད་གཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྒྲ་བརྗོད། དེ་དགག་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ན་རེ་མཆོན་ཉིད་དོན་ལྟོག་རྒྱས་ཡོད་ཡིན་པ་ལ་  
 མཆོན་ཉིད་གཞག་མི་དགོས་དགོས་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་  
 ཅིག་དོན་ལ་མཆོན་ཉིད་ལ་མཆོན་ཉིད་མི་དགོས་ཀྱང་མཆོན་ཉིད་རང་གི་ཐ་

སྟོན་བསྐྱབ་པ་ལ་དགོས་ཞེས་ཟེར་བ་དང་ཡང་གཞན་དགའ་ནི། རྟོན་ལ་འང་  
 དགོས་ཟེར་ཞིང་མཚོན་བྱ་ཡང་དེ་འདྲ་བར་མཚོན་བྱ་ལ་མཚོན་བྱ་གཞན་ཡོད་  
 བ་དེ་དག་དཔེར་ན་རྟགས་སྒྲ་མ་གཏམ་ཚིགས་སྒྲ་སྒྲ་བ་བྱེད་ཚུལ་གསུམ་ཚང་  
 བའི་ཕྱིར་ཞེས་དང་། དེ་གཏམ་ཚིགས་ཀྱི་སྒྲ་བ་བྱེད་ཡིན་པ་ཚུལ་གསུམ་གཉིས་  
 བ་ཚང་བ་མོགས་བཞིན་དུ་ཐུག་མེད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ་ལ། ཐུན་  
 མོང་དུ་སྦྱིར་དགག་བ་དང་། ཐུག་མེད་འདོད་པའི་ལུགས་བྱེ་བྲག་དུ་དགག་  
 བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དཔོན་དང་། དེའི་སྦྱོར་སྦྱོང་གི་ལན་དགག་བ་གཉིས།  
 དང་པོ། དེ་ལྟར་མཚན་ཉིད་མི་དགོས་པ་དང་དགོས་ཀྱང་ཐུག་མེད་དུ་འདོད་  
 བ་དེ་རྣམས་མི་འཐད་དེ་རྣམ་འཛིན་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ནི་མ་དེས་པར་རྣམ་གཞག་  
 འབྲས་བུ་མཚོན་བྱ་དེས་པ་ཡོད་ན་ནི་མཚན་ཉིད་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
 ལ་འཛིན་བྱེད་མེད་པར་གཞག་བྱ་མ་དེས་ན་ནི་མཚན་ཉིད་ཐུག་མེད་ཀྱི་ཕྱི་  
 མ་དེས་མི་སྲིད་པས་མཐར་ཕྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་མི་གྲུབ་པས་རྣམ་གཞག་  
 དེ་དག་འཛིན་གོ། གཉིས་པ་ལ། སྦྱོར་སྦྱོང་གི་ལན་དང་། ཐུག་མེད་དགག་  
 བ་གཉིས། དང་པོ། ཁོ་ན་དེ། ཐུག་མེད་ཀྱི་ཕྱི་མ་མ་ཤེས་ཀྱང་མི་སྦྱོར་དེ་རྟགས་  
 ཀྱི་མཚན་གཉིས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་སྒྲུབ་ཕྱིར་ཐུག་མེད་སྦྱོར་མེད་ཟེར་ན། གཉིས་  
 བ་། རྟགས་སྒྲ་མཚོན་པའི་ཚུལ་གསུམ་དང་བ་ལང་དུ་མཚོན་པའི་ལྟོག་ཤལ་  
 ཡིན་པར་མ་དེས་ཀྱང་རྟགས་ཀྱི་མཚོན་གཞི་བྱས་པ་དང་བ་ལང་གི་མཚན་  
 གཞི་དགའ་བ་ཟེས་ཉིད་ཡིན་པར་དེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་རྟག་བ་དང་བ་ལང་ཡིན་

པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་ལ་འདོད་ན་སྐྱེ་བྱས་པར་མཐོང་བ་ལ་སྐྱེ་རྟག་པའི་  
སྐྱོ་འདོགས་སྐྱེ་མི་སྤྱིད་པ་དང་ཞོག་ལྷོག་གལ་མེད་པའི་གོང་ཁུག་ཞན་ལའང་  
བ་ལང་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཐུག་མེད་དུ་འདོད་པའི་གཞན་ལུགས་དགག་མི་འདོད་  
པའི་རང་ལུགས་གཞག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྒྲ་དགོད། དེ་དགག་  
པ་གཉིས། དང་པོ། ཐ་སྙད་ལ་ཡང་སྐྱོ་སྒྲོ་མ་འབྲུལ་པའི་ཞེན་རུང་ཞིག་  
མེད་ན་དེ་ནི་ཤེས་བརྗོད་ལས་འདས་ཏེ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་འགྱུར་ལ། ཡོད་  
ན་དེ་ནི་ཐ་སྙད་གཉིས་པའམ་བྱི་མ་ཡི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཞིང་དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་  
སྒྲ་མ་མཆོན་ཉིད་དང་བྱི་མ་བྱི་མ་མཆོན་བྱ་ཡིན་ཞེས་ལཱ་ལཱ་འདོད་དེ་ཐ་སྙད་  
ཅེས་དེ་ག་རང་གི་གཞན་སེལ་སྒྲོ་ངོར་སྒྲ་ཅམ་དེ་དེའི་དོན་ལྷོག་ཏུ་ཞེན་པའོ། །  
དེ་ལ་བུམ་པའི་ཐ་སྙད་ཅེས་བུམ་པ་དང་དབྱེར་མེད་ཡིན་གྱི་ཐ་སྙད་དེ་ཡི་རང་  
ལྷོག་ལ་དབྱེད་པ་འདི་མི་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། སྐྱོན་བརྗོད་པ་  
དང་། ལན་ཉིད་གྱིས་བསྐྱོག་སྟེ་རང་འདོད་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་  
ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་གིང་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་ཡལ་ག་ལའང་། ཡལ་  
ག་གཉིས་པ་མེད་ན་ཡལ་ག་དེ་ནིད་གིང་མ་ཡིན་ལ་གལ་ཏེ་ཡལ་ག་ལ་ཡང་  
ཡལ་ག་ཡོད་ན་དེ་ཡི་འགོས་དེད་པས་གིང་ལ་ཡང་མཆོན་ཉིད་ཐུག་པ་མེད་  
པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། བ་རོལ་བོའི་ལན་དང་། ལན་དེ་བསྐྱབ་བྱ་  
ལ་མཚུངས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ། ཁོ་ན་རེ་ཅན་གིང་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་

ཡལ་ག་བཀོད་པའི་ཆོ་ཡལ་ག་ལ་ནི་ཡལ་ག་གཞན་མེད་ཀྱང་ཡལ་ག་ཤིང་  
མིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཡལ་ག་དེ་ནི་དྲི་ཀྱིས་ཡལ་ག་རང་དང་ཤིང་ཐ་དད་པར་  
མི་སྐྱབ་ཀྱི་ཡལ་ག་བདག་ཉིད་དང་ཅོ་རྒྱན་གཉིས་ཀ་ཤིང་གཅིག་གི་དོ་བོ་  
ཉིད་ཏུ་དབྱེར་མེད་ཏུ་སྐྱབ་ཕྱིར་སྐྱབ་མེད་མི་དགོས་ཟེར་ན། གཉིས་པ།  
འོན་ཐ་སྟད་ལ་ཐ་སྟད་གཉིས་པ་མེད་ན་ཡང་སྐྱ་མ་ཤེས་བརྗོད་ལས་འདས་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཐ་སྟད་དེ་ནི་དྲོག་སྒྲིགས་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བ་ལང་གི་ཐ་  
སྟད་སྒྲིགས་དང་ཐ་དད་པར་མི་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟད་བ་ལང་གཅིག་གི་ཤེས་བྱའི་  
དོ་བོར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཐ་སྟད་སྐྱབ་མེད་ག་ལ་དགོས་ཏེ་མི་དགོས་སོ། །  
གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྐྱར་ཐ་སྟད་གྲུབ་པའི་ཚུལ། བྱེ་བྲག་སྐྱར་བ་འཁོད་  
པའི་ཆོ་ཐ་སྟད་གྲུབ་ཚུལ། དེ་ལ་ཅོད་སྤང་གསུམ། དང་པོ། དེས་ན་རང་  
ལུགས་ལ་བརྟུན་དོན་ཏེ་བད་ལུམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དང་དོན་ལུམ་པ་རང་མཚན་  
ནམ། མཚན་ཉིད་ཅེས་པའི་བད་དང་དོན་དྲོག་སྒྲིགས་ཏེ་དེ་གཉིས་འབྲེལ་བར་  
ནམ་རྟོགས་པ་དེ་ཡི་ཆོ་ན་ཐ་སྟད་གང་ཡིན་པ་དེ་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་དེ་སྐྱབ་པ་  
ལ་གཞན་མི་དགོས་ཏེ། ལྟ་ལྟོར་དང་ལུམ་པ་ཞེས་པའི་བད་དོན་འབྲེལ་བར་  
རྟོགས་ཆོ་ལུམ་པའི་ཐ་སྟད་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །བད་དོན་འབྲེལ་བ་དེ་ག་རང་  
ཐ་སྟད་ཡིན་པའི་ལྟོག་ཆ་ཡོད་ཀྱང་དབྱེད་མི་དགོས་ཏེ་ལུམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་  
ཅམ་རང་ལ་རང་མིན་བཅད་པའི་ལྟོག་ཆ་ཡོད་ཀྱང་དེ་མ་དབྱེད་ཀྱང་ལུམ་པའི་  
རྗོད་བྱེད་ཡིན་པ་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མཚན་ཉིད་དང་ཐ་སྟད་སྐྱབ་མེད་

འདི་འབྲས་ཆན་ཟ་བ་ལ་ས་བོན་གྱི་ཕྱི་མོ་འཚོལ་བ་ལྟར། རོན་མེད་པར་  
 དགོངས་ནས་སྡེ་བདུན་གྱི་གཞུང་གང་ནས་ཀྱང་མ་གསུང་ངོ། །གཉིས་པ།  
 དེ་ཡང་རྟགས་འགོད་པ་དང་མཆན་ཉིད་དུ་བསྒྲུབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལ་སྒྱིད་ཕྱེ་  
 བྲག་སྒྱུར་བ་འདིར་གཏོགས་ཏེ་ཐ་སྟོན་སྒྲུབ་པའི་རྟགས་གཉིས་གཉིས་ཡིན་  
 ལ། སྒྱི་ཕྱེ་བྲག་གཉིས་ཀྱི་འདུ་སྒྱུར་བ་གསུམ་པར་བྲག་སྡེ། དང་པོ་རྩ་རྟགས།  
 གཉིས་པ་དེ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན། གསུམ་པ་རྒྱུ་མཚན་དེ་ལྟར་ལ་བརྟུན་  
 བའི་བརྟུན་ཏེ་གསུམ་པ་ཅན་ཆད་སྒྲ་མ་བསྒྲུར་བ་ལས་མི་སྲིད་པས་བཞི་བ་  
 ཡན་ཆད་དགོས་ལྟས་མེད་དོ། །འདི་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚིག་རིས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རྩ་རྟགས་མི་བཅི་བར་སྒྱི་ཕྱེ་བྲག་པ་བསྒྲུབས་ནས་གསུམ་པར་རྩི་ལུགས་ཞིག་  
 སྒྲུང་ཡང་རྒྱུང་ཟད་མི་འཐད་པ་ཟུར་མཆན་དུ་བཟློ། །གསུམ་པ་ཚོད་སྒྲུང་ལ།  
 ཚོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཁོན་རེ། དུ་བརྟགས་སུ་སྒྲུབ་པའི་  
 ཚུལ་གསུམ་དེ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཞིག་མེད་ན་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཞེས་  
 པ་དེ་དེ་སྒྲུབ་གྱི་རྟགས་སུ་མི་འགྱུར་ལ་ཡོད་ན་ཚུལ་གསུམ་དེ་སྒྲུབ་ཕྱིད་ཚུལ་  
 གསུམ་གྱི་ཚུལ་གསུམ་ཡང་དེའི་ཚུལ་གསུམ་སོགས་བྲག་སྡེ་དུ་ཅིས་མི་འགྱུར་  
 ཞེས་ཟེར་རོ་ལོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 པའི་རྟགས་དེ་དེ་ག་རང་གི་ལྟོག་ཆ་ལ་མི་སེམས་པར་དུ་བྱ་ཁོ་ནའི་ཆོས་སུ་  
 དབྱེར་མེད་པ་ལ་སྒྲོས་ཚུལ་གསུམ་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་གྱི་ཚུལ་གསུམ་གཉིས་པ་  
 སོགས་མི་འདོད་པས་ཆོས་གཞན་ལོགས་སུ་བ་ཞིག་དོན་དམ་པར་མེད་དོ། །

ཚུལ་འདྲི་ཡིས་མཚན་ཉིད་ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲིན་ཡང་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་དགོས་པའི་མཚན་ཉིད་གཞག་པ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་  
པོ་ལ་ལུགས་གཉིས་སོ་སོར། ལ་ལ་ན་རེ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནི་མཚོན་  
བྱ་རྒྱུ་འཛིན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། གཏུན་ཚིགས་ལ་ཡང་རྟགས་ཀྱི་མཚན་  
ཉིད་བསྒྲུབ་བྱ་གོ་བྱེད་ཡིན་ཞེས་མཚུངས་བྱིན་འཐད་པ་མིན་ཏེ། རྟགས་བསྒྲུབ་  
བྱ་གོ་བྱེད་ཡིན་ན་བྱས་པ་རྒྱུ་མི་རྟག་པར་གོ་བར་ཐལ་ལ་བསྒྲུབ་བྱ་  
གོ་བྱེད་ལ་ཚུལ་གསུམ་དགོས་ཟེར་ན། མཚོན་བྱ་རྒྱུ་འཛིན་ལ་འཛིན་ཚུལ་  
ཚོས་གསུམ་དགོས་པས་དེའི་མཚན་ཉིད་གཞི་བཤད་དགོས་པས་མི་བཟང་  
ངོ་། །འགྲའ་ཞིག་གིས་རྒྱས་ཡོད་ཀྱི་ཚོས་གསུམ་ཚད་བར་འདོད་ཀྱང་མཚན་  
ཉིད་གོ་བ་མཚོན་བྱ་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྒྲིན་ཡོད་མྱེད་འདྲི་མི་འཐད་དོ། །  
གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཞག་ མཚན་ཉིད་  
དེའི་བསལ་བུ་སྒྲིན་ཅན་གྱི་གྲངས་ངེས་གཉིས། དང་པོ། དེས་ན་རང་ལུགས་  
དེ་མིན་གྱི་དངོས་འགྲའ་རྒྱུ་པར་བཅད་པའི་དོན་ལྟོག་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟགས་སྟངས་དེ་དགག་  
པ་གཉིས། དང་པོ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡི་སྒྲིན་བསྒྲུ་ན། རང་ལྟོག་རྒྱས་སུ་མ་གྲུབ།  
དོན་ལྟོག་གཞན་གྱུར། མཚན་གཞི་ལ་མི་གནས་པ་གསུམ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
བྱང་ལྟོགས་པ་རྒྱུ་མི་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རིགས་པས་མི་འཐད་པས་  
དགག་ ལུང་ལས་མ་བཤད་པས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་



དེ་རིགས་པ་ནི་སྦྱོར་བ་རྟགས་ཚུལ་དོན་གསུམ་དུ་བཀོད་ནས་སྦྱོར་བཅིན།  
 རྟོན་ཕྱོག་གཞན་གྱི་འཐད་པ་མེད་པར་འགྱུར་མ་བཀོད་པ་ལ་སྦྱོར་སྦྱོར་ན།  
 མཚན་གཞི་ལ་མི་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ།  
 ལུང་ཡང་བཤད་མ་ཐག་པ་འདི་དྲག་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར་དུ་འཐད་ན་ནི། མཁས་  
 པའི་གཙུག་རྒྱུ་ཚེས་ཀྱི་གཤམ་པས་འདི་སྦྱོར་ནི་ཅིས་མི་བཞེད་དེ་བཞེད་  
 རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་ལུགས་གཞག་པ་དང་། དེ་ལ་ཅོད་སྤང་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། གངས་ངེས་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 རང་ལུགས་ལ་མ་བྱུ་བ་དང་བྱུ་ཆེས་པ་དང་མཚོན་འདོད་ལ་མི་སྤྱོད་པ་  
 གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྦྱོར་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། སྤྱི་མི་ལྟ་  
 གཞན་ལྟ་མི་འབྲེལ་རྣམ་གཅོད་གསུམ་དང་། དེ་ཡིས་འཇུག་ཚུལ་ལྟར་དོན་  
 གྱི་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་ཀྱང་གསུམ་པོ་འདི་ལས་གཞན་དུ་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་  
 ཕྱིར་ན་གངས་ངེས་གྲུབ་པོ། །དེས་ན་ཚེས་ཀྱི་གཤམ་པའི་རྣམ་གཞག་བདེ་  
 བ་མཐའ་ཚོད་པ་དེ་འདྲ་བོར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་དགོས་པ་སྦྱོས་བཏགས་  
 པ་འདི་འབྲལ་ལ། ཅུང་ཟད་མ་འབྲལ་དུ་ཟིན་ཀྱང་མཁས་པ་རྣམས་ལ་མ་  
 གཤམ་པས་མི་བདེ་སྟེ། ལྷ་སྟོའི་སྐད་ཀྱིས་སྦྱ་འཆད་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 ཅོད་སྤང་། ལུགས་འདི་ལ་མཚན་གཞིར་བཀོད་པ་དྲང་མ་བཀོད་པ་གང་ཡིན་  
 ཀྱང་མི་འཐད་པ་བརྗོད་པ་དྲང་། མཚན་ཉིད་མི་སྤྱོད་པ་ཡི་གཞིར། མཚོན་  
 བྱ་ཁྲིགས་ན་མི་འཐད་ཚུལ་དྲང་མི་ཁྲིགས་ན་ཡང་མི་འཐད་ཞེས་པའི་ཅོད་པ་

གཉིས་ཀྱིས་འདྲིར་མི་གནོད་དོ། །གཉིས་པ་མཚོན་བྱ་ལ། དགག་གཞག་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱགས་སྤྲུང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ལྷ་ཅིག་  
ན་རེ་ཐ་སྟོད་བསྐྱབས་པ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ཕྱིར་མཚོན་ཉིད་དང་མཚོན་  
བྱ་དོན་དུ་རྟགས་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། བ་ལང་གི་ཐ་སྟོད་དེ་ནོག་ལྟོག་ཤལ་  
ཀྱིས་མཚོན་པར་བྱ་བའི་མཚན་གཞིར་འདྲོད་དེ་མཚོན་བྱ་དོན་ལ་ཡོད་པར་  
ཞེན་པའོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་དེ་གཉིས་རྟགས་གཅིག་པར་མི་འཐད་དེ། མཚོན་  
བྱ་བ་ལང་གི་ཐ་སྟོད་མིང་གིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ཏེ་དོན་རང་མཚན་དང་གཅིག་  
དུ་བསྐྱེས་ནས་མིང་མ་སྦྱར་གྱི་བར་དུ་མཚོན་བྱ་མི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་མིང་ཡིན་ལ།  
དེ་གཉིས་གཅིག་ན་མཚན་ཉིད་ནོག་སྟགས་མཐོང་བ་ཡི་དབང་གེས་ལ་མིང་  
ཐ་སྟོད་ཉིད་སྤང་བས་དབང་གེས་དེ་སྐྱོད་ན་འདྲེས་འཛིན་གྱི་རྟགས་བཅས་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་ཞིང་མཚོན་བྱ་དེ་བསྐྱབས་པའང་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་  
ལྟར། དོན་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་ཞིང་མཚོན་བྱ་རྟགས་ཡོད་དག་ཏུ་འདྲ་འགྱུར་  
རོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་ན་རེ། ཐ་སྟོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྐྱོ་མ་འབྱུང་བའི་  
ཞེན་རུང་ཡིན་ལ་དེ་མཚོན་བྱའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་གཞུང་  
གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དང་པོར་མཚན་ཉིད་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བརྟ་  
བཟགས་པ་དེ་ལ་འཇུག་པ་ཐ་སྟོད་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དོན་སྟོག་ལ་ཞེན་  
རུང་ཅམ་གྱི་ཐ་སྟོད་དེ་མཚོན་བྱའི་མཚན་གཞི་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་  
ལ། མཚོན་བྱའི་མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་བྱུང་བར། དེ་ལ་ཚུད་སྤང་གསུམ།

དང་པོ། རང་ལུགས་ལ་རྒྱ་མཆོན་ཅན་གྱི་སྒྲོ་དོན་འདྲེས་པའི་ཤེས་པ་བྱུང་བ་  
 བྱི་མཆོན་བྱ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ལ། བད་དང་ཐ་སྙད་གྱིས་བཞག་ཚུལ།  
 དེས་ན་སྒྲོ་བཏགས་སུ་བྱུང་བར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། དེའི་མཆོན་  
 གཞི་ནི་དོན་ལྡན་གམ་རྒྱ་མཆོན་ཉིད་ལ་དེ་གོ་བྱེད་དུ་མིང་གི་བརྟ་སྟུར་བ་གང་  
 ཡིན་པ་དེའོ། །དེ་ལ་བད་དང་པོར་སྟུར་བ་བད་དུས་དང་བྱིས་དེ་ལྟར་རྟོགས་  
 བས་ལུས་གྱིས་བྱུང་དོར། དག་གིས་ཡིན་མིན་བརྗོད། ཡིད་གྱིས་ཡོད་མེད་  
 དབྱེད་པ་སོགས་སྒྲོ་གསུམ་ནི། འཇུག་པ་ནི་དེ་ཡི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་བྱུང་བ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་སྒྲོ་རང་མཆོན་ནམ། སྒྲ་སྒྲི་ཅམ་དང་། མིང་  
 དངོས་སུ་བཏགས་པ་འམ་བཏགས་རུང་ཅམ་མཆོན་བྱ་མིན་ལ། རིགས་གྱི་སྒྲོ་  
 མཆོན་ཉིད་བའམ། དོན་ལ་ལྟོས་པའི་མིང་གི་སྒྲི་དེ་མཆོན་བྱ་ཡིན་པས།  
 སྒྲོས་ཞེན་རུང་གི་ཆོས་དེ་མཆོན་ཉིད་ལ་ལྟོས་པས་ན་བཏགས་ཡོད་ཉིད་ཡིན་  
 དོན་རང་མཆོན་དངོས་པོ་ལ་མ་བྱུང་བའི་བྱིར་ན་སྒྲོ་བཏགས་ཡིན་ནོ། །གསུམ་  
 པ་ཚུད་སྤང་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། མཆོན་ཉིད་དངོས་  
 པོ་དང་མཆོན་བྱ་སྒྲོ་བཏགས་གཉིས་རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་ན།  
 མཆོན་མཆོན་བདག་གཅིག་གི་ངོ་བོར་མི་འདོད་པས་མཆོན་ཉིད་དེ་མཆོན་བྱ་  
 བསྟུང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སུ་མི་འཐད་ལོ། །གཉིས་པ། གཞན་སེལ་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སོ་སོར་བྱས་ཏེ་བཟུང་བའི་མཆོན་མཆོན་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ཡི་  
 དོན་རང་མཆོན་ལ་མཆོན་མཆོན་གཅིག་ཉིད་དུ་འབྱུལ་བས་ལྡན་པ་ཐ་དང་

པ་དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཐ་སྟོད་སྐྱབ་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཉག་ས་སྐྱར་བ་འཇམ་  
 ཐ་སྟོད་སྐྱོར་བ་ནི་འདིག་ཏེན་གྱི་དོན་ཐུབ་ཏུ་ཐ་སྟོད་པའི་ཚད་མ་ལ་མི་སྐྱའི་  
 རྩིར། འདིག་ཏེན་ན་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མཚོན་བྱ་སྐྱབ་པ་སོགས་གྲགས་པའི་  
 རྗེས་དཔག་དང་ག་ལ་འགྲུལ། གསུམ་པ་མཚན་གཞི་ལ། མཚན་ཉིད་དང་།  
 སྐྱམ་བཞེད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། མཚན་ཉིད་བཏེན་པ་མཚན་  
 གཞི་ཡི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་མཚན་གཞི་མཚན་ཉིད་པ་  
 བ་ལང་གི་དཀར་ཟེལ་ལྟ་བུ་དང་བདག་ས་པ་སྟོན་ཡོན་བཅི་བའི་གཞིར་གྱུར་  
 བ་བ་ལང་གི་མཚན་གཞི་ཏྟ་བུ་སྟེ་གཉིས་སོ། །གསུམ་པ་ཆོས་གསུམ་སོ་  
 སོའི་རྣམ་གཞག་ལ། རང་ལྟོག་ངོས་གཟུང་། རི་ལྟར་འབྲེལ་ཚུལ། མཚན་  
 ཉིད་དང་འབྲེལ་ནས་སོ་སོར་མཚོན་པའི་རྣམ་གཞག་གསུམ། དང་པོ་ལ།  
 དག་ག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། རྩོག་ས་སྐྱ་བཞེད། དེ་དག་ག་བ་གཉིས།  
 དང་པོ། ཆོས་གསུམ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ་སྒྲུང་སེལ་མ་སྟེད་པའི་བོད་འགྲའ་  
 ཞིག་མཚན་མཚོན་གཞི་སྟེ་ཆོས་གསུམ་པོའི་རང་ལྟོག་ནི། རང་གི་རྣམ་པ་  
 རང་དབང་དུ་འཆར་རུང་གི་སྐྱབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཟེར། གཉིས་པ། དེ་ལྟ་ཡིན་  
 ན་ཆོས་གསུམ་པོ་རང་རང་གི་རྣམ་པ་རང་དབང་ལྟོས་མེད་དུ་འཆར་བའི་རྟོག་  
 མེད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཡུལ་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ལ། འདོད་ན་སྐྱོད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་  
 གཞན་སེལ་དུ་གསུངས་པ་དང་འགྲུལ་ལོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་ན་  
 རང་ལུགས་པ་ལང་སོགས་ཀྱི་རང་མཚན་སྐྱད་པའི་ལྟོག་པ་སྟེ་སྐྱད་ཅམ་གྱི་

ལྷོག་ཆ་དེ་ནི་རྟོག་མེད་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པས་མཆན་མཆོན་གྱི་ཐ་སྟངས་མི་འཐད་པས་  
 ཆོས་གསུམ་པོ་ཉིད་གང་ཡང་མིན་ཏེ་དེ་དག་གི་ཐ་སྟངས་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །  
 སེལ་བ་ཡི་ངོར་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་གསུམ་གྱི་ནི་རང་ལྷོག་རེ་རེ་ལ་དངོས་པོའི་ཆ་  
 རྒྱབ་ན་མ་ཡིན་དགག་དང་དངོས་མེད་གྱི་ཆ་རྒྱབ་ན་མེད་པར་དགག་པ་གཉིས་  
 ཀྱ་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་ལ།དངོས་དང་། འབྲེལ་བ་དེ་ངེས་བྱེད་  
 གྱི་ཆད་མ་གཉིས། དང་པོ། མཆན་མཆོན་སེལ་ངོར་རྒྱུ་བཞིན་གཅིག་ཏུ་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་དང་མཆན་གཞི་བདག་གཅིག་འབྲེལ་ཡང་  
 སྤྱིད་ཀྱང་ལུས་ཆེར་གནས་སྒྲུབ་སྒྱུ་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ་མཆན་གཞི་རེ་རེ་མེད་  
 སོང་ཡང་སྤྱིར་མཆན་ཉིད་ཅམ་ཡོད་པ་སོགས་ཡོད་པར་རུང་བས་སོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། མཆན་མཆོན་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། མཆན་གཞི་དང་མཆོན་བྱའི་འབྲེལ་  
 བའི་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། འབྲེལ་བ་ངེས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ནི་མཆན་ཉིད་གྱི་  
 རོན་སྤྱི་དང་མཆོན་བྱའི་སྤྱི་སྤྱི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བད་ཆད་བྱས་སྟོབས་གིས་རྟོག་  
 པ་འབྲུལ་པས་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ཉིད་ཤེས་པ་ཉམས་སུ་ཁྱེད་བས་སམ་རང་  
 རིག་གིས་མཆན་མཆོན་གྱི་འབྲེལ་བ་འབྲུབ་པོ། །གཉིས་པ། དཀར་ཟལ་  
 ལྷ་ལུ་མཆན་གཞི་དང་ནི་གཞི་དེ་ལ་བ་ལང་ཞེས་པ་ལྷ་ལུའི་ཐ་སྟངས་མཆོན་བྱ་  
 ཡི་འབྲེལ་བ་ནི་མཆན་མཆོན་ལ་མཁས་པས་མཆན་ཉིད་མཐོང་བས་བད་བྱན་  
 བས་འབྲུབ་ལ། བ་ལང་གི་མིང་ཤེས་ཀྱང་མཆོན་བྱ་དང་མཆན་གཞི་སོ་སོར་  
 མི་ཤེས་པས་དེ་གཉིས་གྱི་འབྲེལ་བ་འང་མི་ཤེས་པའི་མྱོངས་པ་ལ་ནི་ནོག་གློག་

ཤལ་ཅན་འདི་ལ་བ་ལང་ཞེས་འདོགས་སོ་ཞེས་བརྟུན་པར་བྱེད་པའི་གཞི་  
 དེ་ལ་ཐ་སྟོན་སྒྲུབ་གྱི་རྗེས་དབག་གི་རྟགས་འགོད་དགོས་སོ། །གསུམ་པ་  
 མཚན་ཉིད་དང་འབྲེལ་ནས་སོ་སོར་མཚོན་པའི་རྣམ་གཞག་ལ། རི་ལྟར་མཚོན་  
 ཚུལ་དང་། ཡན་ཚུན་རེས་པའི་རྣམ་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྦྱར་པའི་  
 དབྱེ་བ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་སྒྲུབ་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྦྱིར་བཏང་གི་དབྱེ་བ་དང་།  
 སྦྱོན་ཡོད་མེད་དམིགས་བསལ་བ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ཡང་མཚན་མཚོན་གཞི་  
 གསུམ་པོ་དེ་ལ་སྦྱི་དང་ནི་བྱེ་བྲག་སྦྱོར་བ་འདྲིར་གཏོགས་གཉིས་གཉིས་ཏེ་  
 རང་ལྗོག་ཡིན་པར་མཚོན་པ་དུག། བརྒྱུག་པ་གཞན་ལྟ་གཟིན་པར་མཚོན་པ་  
 ལ་འདྲ་དུག་སྦྱེ་སྦྱོར་བ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་བྱི་མ་དུག་ལས་གཉིས་པ། མཚན་  
 ཉིད་དང་མཚན་གཞིའི་ཆ་གཉིས་སྒྲུབས་ལ་ལར་གཞི་མཚན་ཡིན་པར་བཀོད་  
 གུང་སྦྱོན་མེད་མྱིད་པས་ན་དེ་གཉིས་རྟགས་ཡང་དག་མིན་ནོ་ཞེས་གཞི་མཚན་  
 མིན་པར་མཚོན་པའི་སྦྱི་སྦྱོར་གཉིས་པོ་འགོད་ཚུལ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ལ་ལར་སྦྱོན་  
 མེད་དང་ལ་ལར་སྦྱོན་ཅན་དུ་མྱིད་པས་དེ་གཉིས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྟགས་ཡང་  
 དག་ཏུ་བུང་བ་མིན་གྱི་གཞན་ལྟ་གཟིན་མ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཡང་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 སོ། །གཉིས་པ་ཚུད་སྒྲུབ་ལ། རང་ལྗོག་ཡིན་པར་མཚོན་ཚུལ་ལ་ཚུད་པ།  
 གཞན་ལྟ་གཟིན་པར་མཚོན་ཚུལ་ལ་ཚུད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཚུད་པ་  
 དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་ནོག་ལྟོག་ཤལ་མཚན་གཞིར་བཞག་ནས་  
 སྦྱོར་བ་འདྲིར་གཏོགས་མཚན་ཉིད་དུ་མཚོན་པ་ལ་དོན་ལྟོག་གྲུབ་པ་བཀོད་

བ་དེ། མཚན་གཞི་དཀར་ཟལ་དང་མཚན་བྱ་བ་ལང་གི་ཐ་སྟད་གཉིས་ལ་  
 ཁེགས་ན་ནི། མཚན་གཞི་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ལྟོག་ཤལ་ཡང་དེ་གཉིས་ལ་  
 ཁེགས་བར་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟ་ན་མཚན་གཞི་ནི་ཡོད་ལ་མཚན་ཉིད་མེད་བས་  
 མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱལ་བའི་སྒྲིབ་དང་། མཚན་ཉིད་དེ་དེ་  
 གཉིས་ལ་མ་ཁེགས་ན་ནི་ལྟོག་ཤལ་ཁོ་ནའི་མཚན་ཉིད་མིན་བས་གཞི་མཚན་  
 གཉིས་ལའང་བྱལ་ཆེས་ཞེས་ཟེད་དོ། །གཉིས་པ། མཚན་ཉིད་དེ་དེ་གཉིས་  
 ཀའི་དོན་ལྟོག་ལ་བྱལ་བས་མ་བྱལ་བའི་སྒྲིབ་མེད་ལ་རུང་ལྟོག་ལ། མ་བྱལ་  
 བས་ན་བྱལ་ཆེས་བའི་ཉེས་པ་མེད་དེ་དོན་ལྟོག་གཅིག་རང་ལྟོག་ཐ་དད་ཡིན་  
 བས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། རྩོད་སྦྲང་དང་། ཞར་ལ་འགལ་ཚུལ་གྱི་དཔེར་བཞིན་  
 གཉིས། དང་པོ། མཚན་བྱ་ལ་བརྟགས་ན་འགལ་བ་དྲང་མཚན་ཉིད་སོགས་  
 ལ་ཐ་སྟད་ཐམས་ཅད་ཁེགས་པ་དང་དངོས་པོ་འགལ་བ་གཉིས་གཅིག་མཚན་  
 གཞི་དང་གཅིག་མཚན་བྱར་ཐལ་བའི་རྩོད་པ་གསུམ་གྱིས་གནོད་པ་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ། དེས་ན་ཆོག་གི་སྒྲིབ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་ལ་ལར་འགལ་བ་ལྟར་མངོན་  
 བ་དང་། ལ་ལར་གཞི་ཆོས་གཉིས་མཚན་པར་མངོན་པའི་སྒྲིབ་པ་སྟེན་དོ། །  
 གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་རི་ལྟར་དེས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ། དོན་ལ་གནས་པའི་  
 ལྷགས་གཞག་ འབྲུལ་བའི་བརྟགས་པའི་ལྷགས་དགག་དེ་ལ་རྩོད་པ་སྦྲང་  
 བ་གསུམ། དང་པོ། མཚན་མཚན་གཉིས་ནི་མཚན་ཉིད་གཅིག་ལ་མཚན་བྱ་  
 དུ་མ་ལྟ་བུ་སོགས་མི་སྟོན་བས་བྱངས་མཉམ་ཞིང་རྟོག་དོར་དོ་བོ་གཅིག་ལ་

མཚན་ཉིད་རྣམས་ཡོད་དང་མཚན་བྱ་བ་ཏགས་ཡོད་ཉིད་རྒྱ་རེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ། ཁ་ཅིག་གིས་མཚན་མཚོན་དོན་ལ་ངོ་པོ་གཅིག་པ་དང་། ཉན་ཐོས་  
པ་རྣམས་མཚན་ཉིད་སྒྲི་སོགས་དང་འདུས་བྱས་གཉིས་ཐ་དྲ་དུ་འདོད་པ་  
དང་། ཡང་ལ་ལས་དེ་གཉིས་གངས་མི་མཉམ་པ་དཔེར་ན་ས་པོན་གཅིག་གིས་  
འབྲས་ལུ་ལུ་མ་སྒྲིད་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་གཅིག་ལ་ཏགས་དུ་མ་རུང་བ་ལྟར་  
མཚན་ཉིད་གཅིག་གིས་མཚོན་བྱ་དུ་མ་དང་། མཚན་ཉིད་དུ་མས་མཚོན་བྱ་  
གཅིག་མཚོན་པར་འདོད་པ་རྣམས་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ། དེ་དག་  
གི་མིང་དོན་ཕན་ཚུན་བསྒྲིག་པ་ཡི་ཞེ་འདོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གཞག་པས་འདྲིར་  
མི་གནོད་དོ། །གཉིས་པ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བྱེ་བྲག་རྒྱ་རེས་པར་བྱ་བ་ལ།  
མཚན་ཉིད་ངོས་གཟུང་བ་དང་། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མཚོན་དོན་གཏན་ལ་དབབ་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱ་ཚད་མ་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་འབྲས་ལུ་  
རེས་པས་སྒྲི་འདོགས་གཅོད་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ་དགག་གཞག་སྤང་གསུམ།  
དང་པོ་ལ། སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱ་གས་སྤང་དོ། དེ་དག་ག་  
པ་གཉིས། དང་པོ། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་མི་བསྐྱབ་པ་དང་མ་ཤེས་དོན་གསལ་  
གཉིས། ལྟ་དབང་སྒྲོས་མཚན་ཉིད་རྣམས་གངས་པ་གཉིས་སུ་འདོད་པ་འུམ་  
རྒྱན་མཛད་པས་དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་པ་དོན་དམ་པའི་ཚད་མའི་མཚན་  
ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ་སོར་བྱེ་རྩེ་སྒྲ། གཉིས་པ་ལ་རྣམ་གངས་པར་འདོད་པའི་  
ལུགས་དགག་མཚོན་བྱ་སོ་སོར་འདོད་པའི་ལུགས་དགག་པ་གཉིས། དང་



པོ། ལུགས་དང་པོ་དེ་མི་འཐད་དེ་མཆན་ཉིད་སོ་སོ་བ་ཡིན་པ་གཉིས་ཀྱིས་  
 འདྲི་བ་ན་ནི་ནམ་འདྲི་གི་རྒྱ་ཐ་དད་པས་མཆན་བྱ་དེ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར་  
 དགོས་ལ། གཉིས་པ། ལུགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན། མཆན་ཉིད་དང་མཆན་  
 བྱ་སོ་སོ་བ་གཉིས་སུ་འདྲོད་ན་ཡང་། ཆད་མ་སྒྲིལ་མཆན་ཉིད་འདྲིའི་ཞེས་  
 བའི་གཅིག་པ་ཞིག་དེ་གཉིས་རེ་རེ་ལ་མི་སྒྲིད་པར་འགྱུར་ཞིང་གཞུང་ན་ཆད་  
 མ་སྒྲིལ་ཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་མི་འབྲེལ་ལོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་མི་བསྐྱུ་  
 བའི་མཆན་ཉིད་ལ། མ་ཁྲབ་ཁ་སྐྱོད་དགོས་པའི་ལུགས་དགག་བདེན་པའི་  
 དོན་རྟོགས་ཆོས་གསུམ་ལྡན་དུ་འདྲོད་པའི་ལུགས་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་མཆན་ཉིད་འདི་ལ་མ་ཁྲབ་གཅོད་པ་ཁ་བསྐྱང་  
 དགོས་ཞེས་བའང་མི་འཐད་དེ། མ་ཁྲབ་གཅོད་ཚུལ་ཁ་བསྐྱང་བའང་མཆན་  
 ཉིད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་མི་འཐད་དེ། མ་ཁྲབ་པ་མ་ཆོད་པས་མཆན་ཉིད་སྒྱུན་  
 ཅན་དུ་འགྱུར་ལ་ཆོག་རང་ལ་མེད་ན་ཁ་བསྐྱང་བས་མི་པན་ལ་གཞན་ཡང་  
 བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ཆད་མའི་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་ཆད་མ་མིན་ཞེས་དེ་གཉིས་  
 སུ་འབྲེད་པ་འདྲེན་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ། བྲམ་ཟེའི་རྗེས་  
 འབྲང་ཁ་ཅིག་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ཆོས་གསུམ་ལྡན་དུ་འདྲོད་ཀྱང་མི་དགོས་  
 པ་དང་མ་ཁྲབ་པ་དང་མི་སྒྲིད་པའི་སྒྱུན་གསུམ་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ཆོས་  
 གསུམ་ལྡན་དུ་འདྲོད་ན་ཡོད་པས་ལུགས་དེའང་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་རང་  
 ལུགས་ལ། ཆོག་གཉིས་དོན་མཐུན་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་། མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་བཤད་

པ་གཉིས། དང་པོ། དེས་ན་རང་ལུགས་ནི་རང་གིས་གཞལ་བྱ་རྟོགས་པ་ལ་  
མི་སྐྱ་བ་དང་མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་རང་མཚན་  
རྟོགས་པར་དོན་ལ་མཐུན་ཏེ་བྱེད་མེད་པས་མཚན་ཉིད་གཅིག་གི་ནམ་གངས་  
ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཐ་སྟོན་པ་དང་དོན་དམ་པ་ཡི་ཚད་མ་གཉིས་ཀྱི་ལྟ་བུ་  
མཚན་ཉིད་དེ་གཉིས་པོ་འབྲུག་པ་ལ་བྱེད་མེད་དོ། །གཉིས་པ། མི་བསྐྱ་བའི་  
ཚུལ་ནི་ལས་གང་ལ་མི་བསྐྱ་བ་དྲང་བྱེད་པོ་གང་གིས་མི་བསྐྱ་བ་དྲང་བྱ་བ་རི་  
ལྟར་མི་བསྐྱ་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུད་སྒང་ལ།  
ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། དོན་རང་མཚན་ལ་མི་བསྐྱ་བ་ཡིན་ན་  
དངོས་མེད་འདྲེལ་བའི་ཚད་མ་ལ་མ་བྱུང་ཅིང་དབང་ཤེས་ཉིད་བར་བསྐྱེད་པ་  
དྲུང་སེར་འཛིན་དང་ལྷོན་གིང་འགོར་སྒང་སོགས་ལ་རང་མཚན་ལ་མི་བསྐྱ་  
བའི་ཆ་ཡོད་པས་དེ་ལ་བྱུང་ཆེས་ལོ། །གཉིས་པ། མ་བྱུང་བ་མེད་དེ་རང་  
མཚན་དེ་དངོས་པོར་ཡོད་པའམ་ཡང་ན་དེ་དངོས་པོར་མེད་པར་དབྱེད་པའི་  
ཕྱིར་དངོས་མེད་ལ་རང་མཚན་མེད་ཀྱང་དེ་ཆེག་རྒྱུད་དུ་མི་འཇལ་བས་རང་  
མཚན་མེད་ཅེས་དབྱེད་པས་ན་མི་བསྐྱ་བའི་མཚན་ཉིད་དེ་དེ་ལ་མ་བྱུང་བ་མེད་  
པས་སྦྱོན་མེད་དུ་འཐད་དོ། །དབང་ཤེས་ཉིད་བར་བསྐྱེད་པ་ནི་ཀུན་ཏུ་སྐྱ་བར་  
བཤད་གྱི་མི་བསྐྱ་བ་མེད་དོ་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ཚད་མ་  
དེས་སྦྱོར་འདོགས་གཅིད་ཚུལ་ལ། རི་ལྟར་ངེས་པ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་སྒང་གཉིས།  
དང་པོ་ལ། སེལ་བྱེད་དང་བསལ་བྱ་སྦྱིར་བསྟན། བསལ་བྱ་བྱེད་བཤད་

པ་གཉིས། དང་པོ། ཚད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐེ་ཚོམ་ཆོད་པའི་དེས་པ་འབྲེན་  
 པ་ཡིན་ཞིང་ཡང་དག་པའི་དེས་པའི་འགྲེལ་བླ་ནི་མཐའ་གཞན་དུ་སྟོོ་འདྲེགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་པ་གཉིས། དང་པོ། སྟོོ་འདྲེགས་  
 དེ་ཡི་མཆན་ཉིད་དོན་རི་ལྟ་བུའི་གནས་ལུགས་ལས་མཐའ་གཞན་དུ་རྟོག་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེན་གཉིས། རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་དང་ཐེ་  
 ཚོམ་མོ་ཞེས་རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་ནི་མིན་ཏེ་བླ་བ་གཉིས་སྒྲུང་དང་དེ་མིན་གྱི་  
 དེས་པ་མཉམ་དུ་སྦྲིད་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། དེས་ཀྱང་སྟོོ་འདྲེགས་མ་བཅད་  
 པ་ཡོད་པའི་རྩྭ་དང་པ་དང་། དེ་གཉིས་གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པའི་རྩྭ་  
 པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྩྭ་དང་པ་དང་། དེ་སྦྲུང་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་སྟོོ་བྱུང་  
 བའི་རྗེས་དཔག་ལས་མེ་དེས་པའི་ཆེ་སྒྲུང་མ་རྟོགས་པ་ལས་སྟོོ་བྱུང་དུ་མི་  
 དེས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་རྟོགས་པས་བསལ་ཀྱང་སྟོོ་འདྲེགས་ལོག་ཤེས་  
 དང་ཐེ་ཚོམ་གཉིས་པོ་གང་ཡང་མ་བཅད་པས་དེས་པ་ཡིན་ན་དེ་གཉིས་གནོད་  
 དགོས་པ་འཁལ་མི་འཐད་ཅེས་ཟེར་རོ་ལོ། །གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་ནི་རྟོག་མེད་གྱི་  
 སྟོོ་ནས་སྒྲུང་པས་མི་འབྲུག་པས་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་པ་ཆིག་ཀྱང་ནི་མེད་  
 ལ་རྗེས་དཔག་དེ་ནི་སྟེལ་བ་ཉིད་ཡིན་རྗེས་དཔག་དེ་ཡི་བསལ་བྱའི་ཡུལ་ནི་  
 རྗེས་དཔག་དེ་མེད་པའི་སྒྲ་རོལ་དུ་ཤེས་པ་གང་གིས་གཞི་དེ་ཉིད་མེ་མེད་པའི་  
 གནས་གཞན་དང་མཚུངས་པ་རྒྱ་འདྲིན་པ་ཡིན་ཟེར་ལོག་ཤེས་ཡོད་པ་ཡིན་  
 པར་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་གཉིས་གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པའི་

ཚུད་སྤང་ལ། ཚུད་སྤང་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། ཚུད་པ་དང་པོའི་རང་ལན་བསྟན་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། དེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་འདོགས་གཉིས་པོ་ལ། ཡུལ་གཅིག་  
 མི་གཅིག་དྲང་བདེན་རྒྱུ་ལ་བརྟགས་ནས་མི་འཐད་པར་ཚུད་པ་དང་། དེ་  
 གཉིས་སྒྲོའི་དོ་པོ་ཉིད་དུ་གཅིག་མི་གཅིག་དང་དེ་གཉིས་དུས་གཅིག་མི་གཅིག་  
 ལ་བརྟག་པ་སྟེ་དེ་གསུམ་པོ། གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་པ་ཡི་ཚུད་པ་  
 གསུམ་གྱིས་འདྲིར་མི་གཞོད་དོ། །གཉིས་པ། དེས་དང་སྒྲོ་འདོགས་གཉིས་  
 པོ་ཞེན་ཡུལ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་ཀས་རང་པོའི་སེལ་བ་དེ་རང་མཚན་ལ་འབྲུལ་  
 བས་ཞེན་ཡུལ་རང་མཚན་ཁོ་ན་ཡིན་མོད་འོན་ཀྱང་ཞེན་པའི་འཛིན་སྟངས་  
 དོན་མཐུན་དོན་མི་མཐུན་ཐ་དད་ཕྱིར་ན་བསལ་བྱ་སེལ་བར་འཐད་དོ། །  
 གཉིས་པ། མཚན་ཉིད་གྱིས་མཚོན་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། མཚོན་བྱའི་  
 རབ་དབྱེ། མཚན་གཞི་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ། མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་  
 དེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ། ཚད་མ་དེས་དགག་སྐྱབ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་བཞི། དང་པོ་  
 ལ། དབྱེ་གཞི། དབྱེ་བའི་དོན། གངས་དེས། སྒྲ་དོན་བཞི། དང་པོ་ལ།  
 དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། བོད་རྒྱམས་ན་ཟེ། བཅད་ཤེས་དང་ཡིད་  
 དཔྱེད་སོགས་ཚད་མ་མིན་ལ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཡང་དག་ཤེས་  
 པ་ཚད་མའི་དབྱེ་གཞིར་མི་འཐད་ཟེར་བ་བབ་ཅོལ་དུ་ཟད་དེ། ཚད་མ་མིན་  
 པ་བཅད་ཤེས་དང་ཡིད་དཔྱེད་སོགས་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་དུག་ཡོད་པ་བཀག་  
 ཟེན་ལ། སྒྲ་བ་དཔོན་ཆོས་མཚོག་ཡུང་དུག་པའི་ཤེས་པ་ལ་དོན་བྱེད་སྤང་

དང་བྱེད་འཇུག་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་བྱི་མ་དབྱེ་གཞིར་འཆད་པ་ལུལ་ལོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་ན་རང་ལུགས་ཡང་དག་ཤེས་པ་ཉིད་ཆོད་མ་  
 ཡིན་ཏེ་དེ་གཉིས་མིང་གི་ནམ་གངས་ཅམ་ཡིན་བྱིར་དབྱེ་གཞིར་འཐད་པ་ཡིན་  
 བོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་ཚུལ་དབྱུང་བ་གཉིས། དང་པོ།  
 དབྱེ་ན་མངོན་སུམ་ཆོད་མ་དང་རྗེས་དཔག་ཆོད་མ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 བརྟན་བཤད་གཉིས་དང་པོ། དེ་གཉིས་པོ་དྲ་ག་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ནམ་གངས་  
 ཅམ་དང་དངོས་པོ་ཐ་དྲ་དང་། གཅིག་པ་བཀག་བཤམ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་གང་  
 ཡིན་ཞེས་བརྟག་ན་ཁ་ཅིག་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་མེད་པས་དངོས་མེད་ཡིན་པས་  
 གཅིག་པ་བཀག་པའི་ཐ་དད་ཏུ་འདོད་དོ་ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་  
 ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ། དང་པོ། དེ་མི་འཐད་དེ་ཆོད་མ་གཉིས་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཅན་ཤེས་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་བྱིར་གཅིག་པ་བཀག་པ་ཡི་ཐ་དད་  
 པ་མིན། ཡུལ་གཅིག་ལ་ལྷོས་ནས་གཅིག་མིན་ཏེ་རྟོག་རྟོག་མེད་ཡུལ་ཐ་དད་  
 ཡིན་པ་དང་ངོ་བོ་ཐ་དད་ལ་ལྷོས་ནས་ཐ་དད་མིན་ཏེ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་ཤན་མ་བྱེ་བར་སྦྱིར་གཅིག་དང་ཐ་དད་མིན་མོ། །གཉིས་པ་  
 རང་ལུགས། དེས་ན་རང་ལུགས་ཡུལ་ཅན་སྒྲི་ཡི་ངོ་བོར་གཅིག་སྟེ་ལ་རྒྱབ་  
 གྱི་མེ་ལ་ལྷོས་ན་རྗེས་དཔག་དང་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ལ་ལྷོས་ན་མངོན་སུམ་ཡིན་  
 བོ། །ཡུལ་ལ་ལྷོས་ནས་མངོན་སྟོག་གིས་ཐ་དད་པ་ཡིན་མོ། །གསུམ་པ་  
 ཅོད་སྤང་། དེ་ལ་རྗེས་དཔག་ནི་ཡུལ་གྱི་ལྷོག་པ་མིན་ལ་ཡུལ་ལ་རྟོག་པའི་

སྒོ་ཡིན་ཞིང་མངོན་སུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་རྩེ་དེ་གི་མངོན་སུམ་དྲུང་གཅིག་ཕྱིར་སྒོ་  
མིན་པ་དང་མངོན་སུམ་ལས་ཐ་དད་དོ་ཞེས་བརྟན་པའི་སྒྲོན་ལས་གོ་ལ་ལོ། །  
གསུམ་པ་གངས་རེས། གཞན་དག་ཚད་མ་ལ་གཅིག་ནས་དྲུག་གི་བར་དུ་  
བར་བྱེད་ཀྱང་འདིར་ནི་གཞུལ་བྱ་རང་མཚན་དང་དོན་སྦྱིལ་མངོན་སྟོན་གཉིས་  
སུ་གངས་རེས་པའི་ཕྱིར་དེ་འཇལ་གྱི་ཚད་མ་འདྲ་གཉིས་ཁོན་ཡིན་ཏེ་དེ་ལས་  
མང་ཉུང་གི་གངས་གཞན་བཀག་པ་སྟེ་ཉུང་བ་གཅིག་མིན་ཏེ་རྗེས་དཔག་ཚད་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་མང་མི་དགོས་ཏེ་ཚད་མ་ཡིན་ཚད་དེ་གཉིས་ལ་འདྲ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་པ་རྒྱ་དོན། མིང་དོན་ལ་སྦྱིར་མིང་ལ་བཤད་པ་རྒྱ་མཚན་  
དུ་བྱས་པའི་མིང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། འཇུག་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་  
བྱས་པ་བུམ་པ་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་གཉིས། དེ་ལ་གཞི་དེ་ལ་བཤད་འཇུག་གཉིས་  
པོ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འགྲེལ་བ་སྟེ། འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་བཤད་པ་ནམ་ཡང་མི་  
སྟོན་པ་བྱ་ལུག་རྗེ་མོ་དང་བྱེད་ཏིལ་འབྱུང་ལྟ་བུ་དང་། བཤད་འཇུག་གཉིས་  
ཀུན་ཏུ་མི་འགྲེལ་བ་རྣམ་ཤེས་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་རྣམ་  
སྦྱེས་ཀྱི་བདུ་ལ་མཚོ་སྦྱེས་ཞེས་རེས་འགའ་འགྲེལ་ཞིང་། ཡང་མཚོ་སྦྱེས་ཀྱི་  
བདུ་ལ་མཚོ་སྦྱེས་ཞེས་རེས་འགའ་མི་འགྲེལ་བའི་རྣམ་པ་རྩ་དུ་བ་རྣམ་པ་  
བཞི་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་གྱི་རྣམ་དོན་བྱུང་ཞེས་བསྒྲུར་ན་དབང་  
པོ་རྟེན་ཞེས་པ་དེ་བཤད་ན་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། འཇུག་རང་མཚན་  
འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ དེ་ཡང་དབང་ཡིད་གཉིས་ལ་གཉིས་

ཀལྟོད། རྣལ་འབྱོར་དང་རང་རིག་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་འབའ་ཞིག་དབང་  
ཤེས་འབྱུང་པ་ལ་བཤད་རྒྱལྟོད་ཀྱང་མི་འཇུག་གོ། རྗེས་དབག་ཨ་ཁུ་མ་ཏ་  
སྟེ། རྗེས་སུ་འཇལ་བའམ་དབག་པ་སྟེ། རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་བའི་བྱིར་  
བཤད་འཇུག་གཉིས་ཀལྟོད་དོ། རྟེན་གཤམ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་མིང་དང་གིང་  
ལྟ་བུ་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་སྟེ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཉིས་སུ་བྱེད། །

གཉིས་པ་མཆན་གཞི་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ། མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་  
དབག་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མངོན་སུམ་མིན་པ་ལ་  
ཡིན་པར་རྟོག་པ་དགག་པ། ཡིན་པ་ལ་མིན་པར་རྟོག་པ་དགག་པ། ཡིན་  
མིན་མཚུངས་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། རྟོག་མེད་འབྱུང་  
སྒྲུང་ལ་ཚད་མར་འདོད་པ་དང་། རྟོག་མེད་དོན་གཞན་ལ་ཚད་མར་འདོད་པ་  
དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྒྲ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ།  
ཁ་ཅིག་གིས་ལོར་བའི་འོད་ལ་ལོར་བའི་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ལྟུལ། བཅས་གྱུར་གི་  
བུ་ཆ་ལ་ཉིན་བྱེད་དུ་འབྱུང་བའི་མི་ལམ་ལྟ་བུ་དུས། དུང་མེར་སྒྲུང་དང་ལྟོན་  
གིང་འགྲོར་སྒྲུང་སོགས་རྣམ་པ་འབྱུང་བའི་ཆ་ལ་ལྟུལ་ལ་མ་འབྱུང་བའི་ཆ་  
ཡོད་པས་མངོན་སུམ་ཚད་མར་འདོད་པ་ཡོད་དོ། གཉིས་པ། སྒྲུང་བ་དེ་  
དག་ལ་རང་མཆན་གྱི་རྣམ་པ་གཏད་པ་མེད་བྱིར་མངོན་སུམ་མིན་ཏེ་བྱུང་  
བའི་རྗེས་གཅིག་ལ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་གཉིས་མེད་དོ། གཤམ་ཏེ་འབྱུང་བར་ཤེས་  
ནས་སྒྲུང་བ་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྟགས་ལས་དོན་གྱི་ཆ་དེས་ན་རྗེས་དབག་ཚད་མར་

འགོ་བ་སྤྱིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རྩོགས་སྡེ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་  
པོ། རྟོག་མེད་དོན་གཞན་ལ་ཚད་མར་འདོད་པ་དུང་མེ་ཆུ་སོགས་ཀྱི་ཁ་དོག་གི་  
འདྲིན་པ་འང་མ་བསྐྱེག་སོགས་ཀྱི་རེག་བྱ་ལ། མདོན་སྐྱམ་ཡིན་ཞེས་ལ་ལ་  
སྒྲུབ་པོ། །གཉིས་པ། དེ་ནི་སྒྲུ་མཆེད་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་རྣམ་དབྱེ་མ་གྲེས་  
བསྟུན་ལན་ཏེ། སྒྲུ་མཆེད་གཞན་ལ་གཞན་ཚད་མར་འགོ་བ་དབང་པོ་དུ་མ་དོན་  
མེད་པར་ཐལ་ལོ་དེས་ན་དེ་དག་རྒྱ་ཚོས་རྗེས་དབག་ལ་མདོན་སྐྱམ་ཡིན་པར་  
འབྱུལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་མདོན་སྐྱམ་ཡིན་པ་ལ་མིན་པར་རྟོག་པ་དགག་  
པ་ལ། རྩོགས་སྡེ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་རྟོག་པ་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་  
བ་སྐྱམ་དམར་ལ་སྐྱམ་སྤྲུང་མར་པོར་འདྲིན་པ་རྩ་སྤྲུང་། དུས་སྡེ་དྲེའི་རྩོག་  
ཆག་ལ་ཕྱི་དྲེའི་རྩོག་ཆག་ཏུ་རྟོག་པ་སོགས་དང་རྣམ་པ་ལ་འབྱུལ་བ་སྒྲོ་བྱུབ་  
ཀྱི་སྐྱམ་པ་ལ་ཁང་ལུག་གི་སྐྱམ་པར་རྟོག་པ་རྩ་སྐྱམས་འབྱུལ་བ་ཡིན་པས་  
དེ་རྣམས་སྤང་བ་འདྲིན་པའི་གེས་པ་དེ་དག་ཀྱང་མདོན་སྐྱམ་ཡིན་པ་འགོག་  
ཅེས་ཟེར། །གཉིས་པ། དེ་དག་ནི་རྟོག་པ་འབྱུལ་ཡང་དེས་དབང་གེས་ལ་མི་  
སྒྲིབ་ཏེ་སྒྲོན་པོ་རྟག་འདྲིན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་ཡོད་ཀྱང་སྒྲོ་འདྲིན་མིག་གེས་ཚད་  
མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལ། རྩོགས་སྡེ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས།  
དང་པོ། འགྲའ་ཞིག་རྟོག་རྟོག་མེད་ཀྱི་འབྱུལ་བ་དེ་དག་ཚད་མ་ཡིན་མིན་ལ་  
མཚུངས་ཞེས་ཟེར་དོ། །གཉིས་པ། དེ་གཉིས་མཚུངས་པ་མིན་ཏེ་ཡོད་གེས་  
རྟོག་བཅས་དང་དབང་གེས་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ན་དང་པོ་ཕྱིར་དོ། །གཉིས་



བ་རྗེས་དཔག་ལལ་ཡིན་པ་ལ་མིན་པར་རྟོག་པ་དང་། མིན་པ་ལ་ཡིན་པར་རྟོག་  
 པ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟོགས་སྒྲུའི་འདོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། རྟོག་སྒྲུའི་འདོད་ལས་རྟོག་སྒྲུའི་དེ། རྟོགས་པ་རྗེས་དཔག་  
 མིན་ཏེ། རྟོག་སྒྲུའི་རྟོགས་སྒྲུ་བཞོད་ན་རྟོགས་རྟོགས་ཅན་མེད། རྟོག་འདོད་  
 རྟོགས་སྒྲུ་བཞོད་ན་གཏན་མཚན་མ་གྲུབ། འདོད་ཅམ་བཞོད་ན་མ་དཔེས་སོ་  
 ཞེན། གཉིས་པ། དེ་རྟོག་སྒྲུ་ལུའི་རྟོགས་སྒྲུ་ལུ་ཡིས་བོན་དཔོག་པ་སོགས།  
 འབྲས་རྟོགས་པ་ལ་ཆེད་འབྲུལ་པར་འབྲུར་ཏེ་སྒྲུ་ལུའི་རྟོགས་སྒྲུ་བཞོད་ན་མ་གྲུབ་  
 སོགས་རྟོག་འདོད་ཀྱི་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲུ་ལུས་  
 རྒྱད་པར་དུ་བྱས་པ་མི་འབྲུབ་ཀྱང་གཞན་དུ་མཐོང་སྟོབས་ཀྱིས་དེར་སྒྲུ་དེས་  
 ཟེན་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། རྟོགས་སྒྲུའི་འདོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ལ་ལ་རྟོག་པའི་མེ་ཡོད་དེ་དོན་དམ་པའི་  
 དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དབང་ལྷན་གྱི་ཆོང་མང་བཞིན་ཞེས་པ་རྟོག་སྒྲུ་མཚོན་ཆོད་ཀྱི་  
 རྟོགས་དང་བསྐྱབ་བྱའི་རྟོགས་ལུའི་ཆོད་མ་མིན་ན་ཡང་གྲུབ་ཆོད་ལ་དོན་མེ་ཅམ་  
 དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆ་ལ་ཆོད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ། དེ་རྟོག་  
 རྟོགས་ལ་རྟོག་པ་གསུམ་མེད་དེ་རྟོགས་དང་རྟོགས་ཅན་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 མེ་དང་དུ་བ་ཅམ་གྲུབ་པ་ལ་དོན་དམ་པ་དང་རྟོག་པས་རྒྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་  
 རྟོགས་ཀྱི་རྒྱད་པར་མེད་དེ། དོན་ཅམ་གོ་བ་ཡང་རྟོགས་དེ་འདྲ་བས་དོན་གོ་  
 བ་མིན་ཏེ། རྟོག་དང་དུ་བས་མེ་ཅམ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྟོགས་དེ་འདྲ་

བགོ་བྱེད་དུ་མི་རུང་སྟེ། འབྲེལ་བ་མེད་པས་དབེར་ན་འདི་ན་སྤྲུམ་བ་ཡོད་དེ།  
 རི་བོང་རུའི་སྤྲུམ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་བ་མཚན་གཞི་ལ་མཚན་  
 ཉིད་དེས་པའི་ཚད་མ་ལ། གྲི་བ་དགོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཚད་  
 མ་དེ་དྲག་མི་བསྐྱུ་བའི་ཤེས་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་དེས་པ་ནི་རད་ངམ་  
 གཞན་གང་ལས་ཉོགས་པ་ཡིན་རང་ལས་དེས་ན་སྤྲུལ་ཚད་མ་ཚད་མིན་  
 གྱི་དབྱེ་བ་ལ་མོངས་མི་སྲིད་ལ་གཞན་ལས་དེས་ན་དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་དེས་  
 དགོས་པས་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཤེ་ན། གཉིས་པ་ལ། དགག་གཞག་སྤང་  
 གསུམ། དང་པོ། ལ་ལ་རད་ཁོ་ན་ལས་དེས་པར་འདོད། འགྲའ་ཞིག་གིས་  
 གཞན་ཁོ་ན་ལས་དེས་ཞེས་ཟེར། དེ་དག་གཉིས་ཀས་དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་  
 པ་དང་། ཚེས་གཤམ་ཚོགས་རིགས་པ་སྐྱུ་བའི་བཞེད་པ་དོར་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས། དོན་བྱེད་པར་སྤང་བའི་མངོན་སུམ་དང་། མངོན་  
 སུམ་གོམས་པ་ཅན་དེ་དོན་རིག་གཉིས་དང་རད་རིག་དྲང་རྟགས་ལས་རྗེས་  
 སྤྲད་པ་པ་བཞི་ནི་རང་གིས་འཇུག་ཡུལ་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་པར་རད་སྟོབས་  
 ལས་དེས་ལུས་པ་ཡིན་ནོ། །བཞེན་གྱི་གཟུགས་དང་པོར་མཐོང་བའི་དབང་  
 མངོན་ལྟ་བུ་སྤར་མ་གོམས་པའི་མངོན་སུམ་དྲང་པོ་པ་དྲང་ཡིད་གཞན་དུ་  
 ཐྱོགས་པའི་གཟུགས་འཛིན་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་ཡིད་མ་གཏད་པ་དང་། ལུལ་  
 རྒྱ་ཅན་རྒྱང་རིང་གི་དམར་འབར་བ་མེ་ཡིན་མིན་གེ་ཚེས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་མཐོང་  
 ཅམ་གྱིས་ཚད་མ་ཡིན་པར་མི་འགྲུབ་གྱི་གཞན་ལས་དེས། དེ་དེས་བྱེད་གྱི་

ཚད་མ་ཡང་། དབེར་ན་མེད་ནམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲུང་ནས་བདེན་རྒྱུ་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
 ཟ་བ་ན་བཙོ་བཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་དང་གོ་མ་པ་  
 ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲུ་རིས་ཟེན་པ་ཅན་དང་། དུ་བ་སོགས་རྟགས་ལས་རྗེས་སྒྲུ་  
 དཔག་པས་རེས་པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ། ཁ་ཅིག་དེས་བྱའི་ཚད་མ་དང་  
 དེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་གཉིས་ཡུལ་གཅིག་ཐ་དད་དྲ་དོ་བོ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཚོད་  
 མ་ཚོད་དུ་བརྟགས་ནས་གཞན་དེས་མི་སྤྱི་ཟེད། དེ་དག་གིས་ནི་མངོན་  
 སུམ་རྟོག་མེད་དང་། རྟོག་པའི་བྱེད་པ་སོ་སོར་མ་བྱེད་པར་འདེས་པར་བཟུང་  
 བས་རྒྱུ་ཚོད་ཀྱི་ཚོད་པར་ཟད་དོ། །བཞི་པ་དེས་དགག་སྒྲུབ་རི་ལྟར་བྱེད་  
 ཚུལ་ལ། དགག་སྒྲུབ་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་། དེའི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
 གཉིས། དང་པོ། སྒྲུང་བ་ནི་རྣམ་དངོས་པོའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས་མངོན་སུམ་  
 བེ་དོན་ལ་ལྟ་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐ་སྟད་མེད་དོ། །མེལ་བ་  
 ལ་ནི་དགག་པ་དང་སྒྲུབ་པ་གཉིས་ཡོད་དོ། །སྐབས་ལ་ལར་སྒྲུང་བ་ལ་བསྒྲུབ་  
 པར་བྲགས་པ་ནི་བཏགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟ་ན་སྒྲུང་བ་སྒྲུབ་སེལ་བ་སྒྲུབ་གཉིས་  
 ལོ། །གཉིས་པ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་དོན་རྟོགས་ཚུལ་གཉིས། དང་  
 པོ། དགག་པ་དེ་ལ་དབྱེན་སྒྲུབ་པ་སྒྲོང་བ་མེད་དགག་དང་། མི་སྒྲོང་བ་མ་  
 ཡིན་དགག་ཡིན་པ་ཡི་སྒྲོ་རྣམ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། དགག་གཞག་སྒྲུང་  
 གསུམ། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྒྲུབ་དེ། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁ་  
 ཅིག་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྒྲུང་བ་དང་གཞན་ཀྱི་རྣམ་པ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ནས་དོན་

རྟོགས་པའི་དངོས་རྟོགས་དང་ཤུགས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་། སྐྱབ་པ་དང་  
 ཉི་འགོག་ཅིས་ཟེར། གཉིས་པ། ཤུགས་རྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བྱུང་ཆེས་ཉེ་  
 རྗེས་དཔག་ཀྱང་ཤུགས་རྟོགས་ཉིད་རྒྱུར་ལ། རྗེས་དཔག་རྟགས་ལ་  
 ལྟོས་པས་འདི་རྗེས་དཔག་མིན་ཟེར་ན་འོན་ཤུགས་རྟོགས་འདི་ཆད་མ་ཐུང་  
 གསུམ་པ་ཉིད་རྒྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དགག་སྐྱབ་ཀྱི་  
 རྟོགས་ཚུལ་དང་། དེ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྐྱབ་པ་རྟོག་ཚུལ་དང་།  
 དགག་པ་རྟོག་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། དེས་ན་རང་ལུགས་དོན་ཡིན་པ་དང་  
 ཤེས་པ་ཡིན་པ་དྲང་། དོན་ཡོད་པ་དང་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་དབྱེ་བས་བསྐྱབ་  
 པ་ལ་ཡིན་ཡོད་གཉིས་གཉིས་བཞི་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་དགག་པ་དེ་ཉིད་  
 བསྐྱོག་པ་དོན་མིན་ཤེས་མིན་དོན་མེད་ཤེས་མེད་དེ་བཞི་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ།  
 དེ་གང་གིས་དེས་ན་དགག་སྐྱབ་དེ་འདྲ་ཆད་མས་འགྲུབ་སྟེ་མངོན་སུམ་དང་ཉེ་  
 མེད་དགག་སྐྱབ་པའི་རྗེས་དགག་གིས་དགག་པ་དང་། མངོན་སུམ་གྱིས་དྲང་  
 བས་དེས་པ་དང་མིན་དགག་སྐྱབ་པའི་རྗེས་དཔག་ཆད་མས་བསྐྱབས་པ་  
 འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུད་སྤང་། འོན་གཞུང་ལས་ཤུགས་རྟོགས་  
 གསུངས་པ་མི་འཐད་དོ་ཟེར་ན། དེར་ཤུགས་ལས་རྟོགས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་  
 ཡང་། མངོན་སུམ་གྱི་བྱེད་པ་ལས་རྗེས་དཔག་སྐྱེས་པ་ཉིད་ལ་དགོངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་མཚན་ཉིད་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་  
 བྱེད་པ་སྟེ་བརྟག་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཆན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་ལ། མངོན་སུམ་ཚད་མ་དང་། རྗེས་དཔག་  
 ཚད་མ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མངོན་སུམ་ཡང་དག་བསྐྱོག་སྤྱོད་ལས་ལྟར་སྣང་།  
 ཚད་མ་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་གསུམ། དང་པོ་ལ། མཆན་ཉིད། མཚོན་  
 བུའི་དབྱེ་བ། མཆན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་གསུམ། དང་པོ་ལ། དགག་གཞག་  
 གཉིས། དང་པོ། བོད་རྣམས་མངོན་སུམ་དང་ཚད་མ་ཐ་དད་དུ་བྱེས་ནས་  
 མངོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲལ་བ་དང་། དེའི་ཚད་མ་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་  
 དོན་ལ་སྤྱོད་བས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་བ་ཞེས་འདོད་བ་ནི་འབྲལ་ཏེ། གཞུང་  
 ལས་མ་བཤད་ཅིང་རྟོག་བྲལ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་བ་མི་སྤྱིད་པས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། མཆན་ཉིད་དང་། རྟོགས་དཀའ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་བ་གཉིས།  
 དང་པོ། རང་ལུགས་ལ། མངོན་སུམ་ཚད་མ་ནི་མིང་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ཚོལ་  
 བའི་རྟོག་བ་དང་བྲལ་ཞིང་ཡུལ་ལ་མ་འབྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། བྲལ་  
 བྱེད་པ་ནི་ཀྱན་རྟོག་ཙམ་དང་ཕྱིང་བ་ཙམ་མིན་པར་སྒྲོ་དོན་འདྲེས་པར་རམ་  
 འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ། སྦྱིར་བསྟན་པ། བྱེ་བྲག་གི་འདོད་ཚུལ་གཉིས། དང་  
 པོ། སྦྱིར་དབྱེ་གཞི། མངོན་སུམ་མ་འབྲལ་བ་དེ་ལ་དབྱེ་ན་དབང་ཡིད་རྣལ་  
 རང་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་ཅིང་། དབྱེ་ཚུལ་ཡང་ཡུལ་གཞན་མཐོང་དོན་རིག་གཉིས་  
 རང་མཐོང་རང་རིག་གཉིས་ཀ་མཐོང་བ་རྣལ་མངོན་ཡིན་པ་དང་། རྟེན་དབང་  
 པོ་ལ་བརྟེན་བ་དོན་རིག་གཉིས། དེ་མ་ཐག་རྟེན་གཞན་དབང་ལ་བརྟེན་བ་

རང་རིག་ ཉིང་འཛིན་ལ་བརྟེན་པ་རྣལ་མངོན་དང་གང་ཟག་གི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་  
ན་སོ་སྒྲུའི་མངོན་སུམ་དང་འཕགས་པའི་མངོན་སུམ་གཉིས་ཏེ་དེ་ལྟར་མངོན་  
སུམ་རྣམ་པར་དུ་བྱེ། དེ་ཡང་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་འདོད་པ་དང་བསྟན་ན་  
མངོན་སུམ་བཞི་པོ་མདོ་སྟེའི་ལུགས་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་གི་དོན་དང་རང་རིག་  
གཉིས་ཀ་ཁས་ལེན་པས་སོ། །གཉིས་པ། བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་པ་རང་རིག་མི་འདོད་  
པས་མངོན་སུམ་གསུམ་རྣམ་རིག་སྒྲུབ་པ་གྱི་དོན་མི་འདོད་པས་སྒྲུམ་གསུམ་  
རང་རིག་ཏུ་འདུ་བས་རྣལ་རང་གཉིས་སོ། །གསུམ་པ་ལ། དབང་མངོན།  
ཡིད་མངོན། རང་རིག་མངོན་སུམ། རྣལ་འབྱེར་མངོན་སུམ་བཞི། དང་པོ་  
ལ། མཚན་ཉིད། དེ་བསྒྲུབ་པ། སྒྲ་དོན་ངེས་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། དགག་  
གཞག་གཉིས། དང་པོ། དབང་མངོན་དང་དེའི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་  
མཚན་ཉིད་འཛིན་པ་སྒྲར་ལྟར་འབྲུལ་ལོ། །གཉིས་པ། དེས་ན་རང་ལུགས་  
བདག་སྟེན་དབང་པོ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཤེས་པ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པ་ལོ། །  
གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་དེ་བསྒྲུབ་པ་ལ། དབང་པོ་ལས་སྦྱེས་པར་བསྒྲུབ་པ་  
དང་། རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བར་བསྒྲུབ་པ་གཉིས། དང་པོ། དབང་པོ་དེ་ནི་  
དབང་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན་པར་གྲུབ་ཏེ་མེད་པ་ཞིན་དུ།  
ཡུལ་མཐོང་གི་ཤེས་པ་དེ་དབང་པོ་དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ལྷན་པའི་ངེས་  
པས་དེ་ལྟར་འབྲུབ་པོ། །གཉིས་པ། རང་ཡུལ་མ་འདེས་པ་སོ་སོའི་ཆ་ནས་  
གསལ་བར་སྤང་བས་རྟོག་མེད་འབྲུབ་སྟེ། རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཆ་སོ་སོ་ནས་

གསལ་བར་མི་སྣང་བར་རྟོག་ངོར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ཏེ་ཐ་སྣང་གྲུབ་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ཡུལ་གྱི་རང་མཆན་རི་ལྟ་བུ་འདྲིན་བྱིར་ལུལ་བ་མེད་དོ། །གསུམ་པ།  
 རྒྱ་དོན་ལ་ཤེས་པའི་རྒྱར་ཡུལ་དང་ཡིད་བྱེད་གཉིས་ཀྱང་ཚོགས་དགོས་ན་  
 ཡུལ་ཤེས་ཐོགས་མི་ཟེར་བར་དབང་ཤེས་ཞེས་ཁོ་ན་ཅི་བྱིར་བརྟེན་སྟུམ་ན།  
 ཡུལ་ཡིད་བྱེད་དེ་གཉིས་ཤེས་པ་གཞན་གྱི་འད་རྒྱ་ཡིན་ལ། དབང་པོ་ནི་དབང་  
 ཤེས་དེའི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་རྒྱའི་བྱིར། དབང་ཤེས་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ་  
 ར་རྒྱ་ལ་དབྱུག་གྲུ་ཐོགས་དགོས་ཀྱང་ཐུན་མིན་གྱི་རྒྱ་རྩ་ཡི་རྒྱ་ཞེས་བརྟེན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཡིད་མཛོན་ལ། རོ་པོ་ངོས་གཟུང་། རང་བཞིན་གཏན་  
 ལ་དབབ། དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ། ཡིད་ངོས་གཟུང་བ་  
 དང་། དེ་ཡི་མཛོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་གཉིས། དང་པོ། ཐོག་མར་ཡིད་ནི་  
 ཡུལ་དང་དབང་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་འགག་པ་དེ་མ་ཐུག་ལས་སྐྱེས་པ་  
 ཡིད་དབང་ཡིན་ལ། གཉིས་པ། ཡིད་དབང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རྟོག་  
 ཐལ་མ་ལུལ་བའི་ཤེས་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་མཛོན་སུམ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེའི་  
 རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། རྒྱུ་བའི་རྩུལ། མཛོན་སུམ་ཆད་མར་འགྱུར་  
 བའི་འཐད་པ། རྒྱུ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་དབྱེད་པ་གསུམ། དང་པོ། དབེར་  
 ན་ཤེས་གྱི་སྒྲི་ལུ་བའི་ཁང་བའི་དབྱས་ན་ནོར་བུ་བཞག་པ་ལ་སྒྲི་སོ་སོ་ནས་  
 མདོག་ལུའི་དར་བཞག་པས་དེའི་གཟུགས་བརྒྱན་ནོར་བུ་ལ་འཕྲོས་པ་བཞིན་  
 ཏུ་ཏུས་ཅིག་ཆར་དབང་ལུའི་རྩེས་སུ་ཡིད་མཛོན་ལུ་རྒྱུ་བས་ཡིད་ཀྱི་མཛོན་

སྤྲུལ་དུ་མ་སྐྱེན་ཡང་གང་ཟག་རྒྱུད་དུ་མར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཁ་ཕྱིར་བལྟའི་དབང་  
ཤེས་དུ་མ་ཅིག་ཆར་སྐྱེ་ཡང་རྒྱུད་དུ་མར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་ཁ་ནང་བལྟ་  
ལ་རང་རིག་གཅིག་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཚད་མ་ཡིན་ཚུལ་དང་། དེས་པ་མེད་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ།  
དོན་བདེན་པ་ལ་འབྱུལ་བ་མེད་ཕྱིར་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། མདོར་  
བསྟན། དེའི་དོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡིད་དབང་ལ་རྒྱུན་མེད་པའི་  
ཕྱིར་ན་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དེས་མི་རྒྱས་སོ། །གཉིས་པ། མི་རྒྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
ཡང་། དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་ལས་དབང་པོ་ཕྱི་མ་སྐྱེ་བ་དེས་  
ན་དབང་ཤེས་ནི་རིགས་འདྲ་སྐྱེ་བ་བར་མ་ཆད་པའི་རྒྱུན་བཅས་ཡིན་ལ།  
ཡིད་དབང་ལས་ནི་ཡིད་དབང་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ་དབང་པོ་སྤྲུལ་འགགས་ཅམ་  
ལས་སྐྱེ་བས་སོ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཡིད་དབང་དེ་ལ་རྒྱུན་མེད་དོ། །ཞེས་འཛིག་  
དེན་པའི་བུམ་སོགས་དང་བདེ་སོགས་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ལ་མདོན་སྤྲུལ་ཟེར་ཆད།  
དོན་རིག་དང་རང་རིག་ཁོ་ནས་བྱེད་པས་ཡིད་རང་གི་ངོས་སྐལ་གྱི་མདོན་སྤྲུལ་  
ཚད་མས་དེས་ཞེས་མིང་མི་ཐོབ་སྟེ། སྐྱེས་བུས་ཤིང་བཅད་ཀྱང་སྤྲུལ་དེས་བཅད་  
ཞེས་པ་དང་འདྲ་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡིད་དེ་གཞན་ལ་མ་སྟོས་པར་རང་དབང་  
གི་རྒྱུན་མེད་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་སོགས་པ་བཅའ་ཆེན་གྱི་དགོངས་  
པ་གནད་སྟོང་བ་མང་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིག་འཛིག་གཞན་ན་འདི་འདྲ་བ་ཡོད་མེད་  
བལྟས་པས་གསལ་ལོ། །གསུམ་པ་གནས་སྐབས་ལ། དགག་གཞག་སྤང་



གསུམ། དང་པོ། དབང་མངོན་སྐད་ཅིག་མའི་རྗེས་ཡིད་མངོན་དེ་དེ་གཉིས་  
 སྒྲེལ་མ་ཉིད་དུ་སྒྲེབ་དང་ནི་དབང་མངོན་རྫོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་མཐའ་རུ་སྒྲེབ་  
 བར་འདོད་པ་གཉིས་ཀྱི་ལུ་ཡང་གཞོན་ཕྱེད་ཡོད་དེ་སྒྲེལ་མར་སྒྲེན་གཉིས་  
 ཀྱི་རྒྱན་མེད་པར་འདྲ་བས་དབང་མངོན་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་དང་། ཡིད་  
 མངོན་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ངེས་པ་མི་འཐད་པ་དང་། རྒྱན་མཐར་སྒྲེན་དབང་  
 མངོན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དང་ཕྱི་མ་སོགས་ལ་ཡིད་མངོན་སྒྲེབ་པའི་རྒྱ་ཚང་མ་ཚང་  
 ལ་བྱུང་མེད་བཞིན་སྤར་མི་སྒྲེལ་ཕྱིས་སྒྲེབ་མི་འཐད་པས་སོ། ། དེས་ན་དབང་  
 པོ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་དབང་ཤེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་དེ་དག་ཡིད་ཀྱི་སྒྲན་ཅིག་ཕྱེད་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་ཏེ་དབང་  
 ཤེས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཡིད་དབང་ལོགས་སུ་སྒྲེབ་ཞིང་ཁ་ཕྱིར་བལྟ་དོན་  
 རིག་གཉིས་པོ་ནང་དུ་རུང་རིག་གཉིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱུད་གཞན་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ། དེས་ན་མངོན་སྐད་འགྲོས་གསུམ་པ་འདི་ལོན་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ། ཡིད་མངོན་དེས་དབང་མངོན་གྱི་ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་རིགས་  
 འདྲ་དེ་མ་ཐག་པ་འདྲིན་པས་བཅད་ཤེས་སུ་མི་འགྱུར་བ་དྲན་ཡིད་མངོན་དེ་  
 སྒྲེབ་དབང་པོ་ཡི་མངོན་སྐད་ལ་ལྟོས་ཕྱིར་ལོང་བས་མཐོང་བར་ཐལ་བ་མེད་  
 བས་ན་ལུགས་འདྲི་ལུ་དབང་པོས་གཞུང་ཡུལ་དེ་ཡིད་ཀྱིས་འདྲིན་ནམ་མི་  
 འདྲིན་ཞེས་པའི་སྒྲོན་གཉིས་མེད་དོ། ། གསུམ་པ་རང་རིག་མངོན་སྐད་ལ།  
 མཚན་ཉིད་དང་། རྩོད་སྤང་གཉིས། དང་པོ། ཤེས་པ་རང་གླིང་པོ་ལ་མ་འབྲུལ་

བའི་རིག་པ་ནི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་མཁས་ཅམས་  
 བཞེད་དོ། །གཉིས་པ། ཁ་ཅིག་རང་གིས་རང་རིག་ན་རང་ལས་རང་སྐྱེ་བར་  
 ཡང་ཐལ་ཞེན། རང་སྐྱེ་ནི་སྟོན་མེད་ཞིག་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་ཀྱང་འབྲས་ཐ་དད་  
 མེད་ན་མི་འཐད་ཀྱང་། རང་རིག་ནི་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་དུ་སྤྱེ་ནས་རང་རིག་པ་  
 མིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་བེམ་པོ་ལས་བསྐྱོད་ཅེས་གྱི་སྤྱིང་བ་གསལ་རིག་གི་ངོ་  
 བོར་སྐྱེས་པ་ལ་རང་རིག་ཅིས་ཐ་སྟད་བདག་ས་པ་ཡིན་པ་དེས་ན་རང་རིག་  
 རང་སྐྱེ་གཉིས་མཚུངས་པའི་ལོ་སྒྲུབ་སྟེང་མ་ཡིན། བཞི་བ་རྣལ་མངོན་ལ།  
 རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་། ཡུལ་ལ་ཆད་མར་འགྱུར་ཚུལ། དེ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཆད་  
 མ་གསུམ། དང་པོ་ལ། མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ། རྒྱ་བསམ་པ་གསུམ། དང་པོ་  
 ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། བོད་རྣམས་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་།  
 དེའི་ཆད་མ་ཐ་དད་དུ་སྤྱེ་ནས་མཆོན་ཉིད་འཛོག་པ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས། བསྐྱོམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་རྟོག་བྲལ་འཇུག་  
 མེད་གྱི་ཤེས་པ་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་སྟེ། བསྐྱོམས་  
 སྟབས་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་ཡུལ་ལ་མི་གནས་པ་མི་སྤྲུག་པའི་ཡིད་ངོར་ཀེར་རུས་  
 སྒྲིང་བསྐྱོགས་འཇུག་པ་ཅན་རྣམས་རྣལ་མངོན་ལྟར་སྒྲིང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ། དབྱེ་བ་ལ། རྟེན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། ངོ་བོའི་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཉན་རང་  
 ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་གསུམ་གྱི་མངོན་སུམ་གསུམ། དེ་ལ་རང་རྒྱལ་སྟོབ་པ་  
 འོགས་སུ་མ་བཅིས་པའི་སྟོབ་དྲང་མི་སྟོབ་སྟོབ་ནས་ལྷ། གཉིས་པ། ལ་པོ་དེ་

དྲག་ལ་རྗེས་ཐོབ་སྟོང་གསུམ་མཐོང་བ་སོགས་སྤང་བཅས་ཀྱི་མངོན་སུམ་དང་  
མཉམ་བཞག་སྤང་མེད་ཀྱི་དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བསྐྱེམས་པས་ནམ་པ་  
བརྩ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ལ། རྒྱ་གང་ཡིན། དུས་ནམ་  
མཐར་ཕྱིན། ཐབས་ལ་ལྟོས་པའི་འབྲས་སུའི་བྱད་པར་བསམ་བ་གསུམ།  
དང་པོ། རྣལ་མངོན་དེའི་རྒྱུ་ནི་བསམ་གཏེན་སྟོང་རྗེ་སོགས་ཐབས་དྲང་བདག་  
མེད་པའི་ཤེས་རབ་ལེགས་པར་སྦྱངས་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ལྷན་ཚུན་རྒྱ་  
དང་རྒྱུ་རྒྱར་པས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྒྱ་ཐབས་རྒྱུ་ཀྱིས་རྗེ་རྩ་བ་དང་ཐབས་  
ཀྱིས་རྒྱ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྒྱུ་ལྷན་པའི་རྗེ་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་ནམ་  
པར་དག་པར་འགྲུབ་པར་འགྲུར་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཡེ་ཤེས་དེ་ནམ་  
མཐར་ཕྱིན་པའི་དུས་ནི་ཚེ་གསུམ་གྱི་ཚོགས་གཉིས་ཉི་ཚེ་བ་ལ་འབད་བས་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་འབྲས་སུ་ཟད་མི་སྟེ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་བསྐྱེལ་བ་བརྩ་ཡིས་བསེ་  
རུ་ལྟ་སུའི་ཡེ་ཤེས་དྲང་ནི་བསྐྱེལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་གྱིས་སྒྲིབ་གཉིས་  
སྤང་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་དེ་མཐར་ཕྱིན་པའོ། །

གསུམ་པ། དེས་ན་ཐབས་ལ་ལྟོས་པའི་འབྲས་སུ་ཡང་གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་ཅམ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ཐབས་སྣ་ཚོགས་ལ་གོམས་པ་ཞུན་པས་ན་ཉན་  
རང་གི་ནམ་གྲོལ་གཉིས་ནི། ད་རུང་བག་ཆགས་བཅས་སྤྱིར་སྤངས་ཏོགས་  
མཐར་ཕྱིན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁུན་པའི་སྟོན་པ་མིན། ཤེས་རབ་སྦྱངས་  
གིང་ཐབས་ལ་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣལ་མངོན་གྱིས་

ཤེས་བྱའི་དངོས་ཀྱན་གསལ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་  
ཡང་སྤངས་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་མཁྱེན་པའི་སྟོན་པ་མཐར་ཐུག་གསལ་  
མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་ཚད་མར་འབྱུང་ཚུལ་ལ། རྣལ་  
མངོན་ཐམས་ཅད་ཚད་མར་བསྐྱབ། ཚད་མ་དེས་འཇུག་ལྷོག་བྱེད་ཚུལ། ཏུས་  
གསུམ་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབྱེད་པ་གསུམ། དང་པོ། བཅད་ཤེས་དྲུང་  
ནི་དེས་པ་གཉིས་རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་མངོན་སུམ་ཚད་མ་མིན། དེས་ན་རྟོག་  
བྲལ་གྱི་ཤེས་པ་གསལ་ལ་མ་འདྲེས་པ་རྣལ་འབྱེད་མངོན་སུམ་ཀྱན། མངོན་  
སུམ་ཡིན་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་མ་འབྲལ་བའི་ཚད་མར་བྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
པ་། འཛིན་པས་བསྐྱད་པ་རྒྱུར་མཐོང་གི་སྔ་སྔ་སྒྲུབ་པའི་ཚད་མ་ནི་མཐོང་མྱོང་  
མཚམས་སྒྱུར་བའི་དྲན་པས་སྔ་སྔར་དེས་པ་ཉིད་ལས་འཇུག་ལྷོག་བྱེད་དེ་  
ཚད་མ་རྒྱུང་པས་མིན་ནོ། །འཕགས་པ་རྟོག་པའི་བག་ཆགས་མ་སྤང་པ་  
རྣམས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ན་འཛིན་རྟོན་པ་དང་འདྲ་ན་མཉམ་པར་བཞག་  
ན་ཉིང་འཛིན་གྱིས་བྱེད་དོ། །འཕགས་པ་རྟོག་པ་ཡི་བག་ཆགས་དང་བྲལ་  
པ་དག་ལ་གནས་པ་རྣམས་ནི་དེས་ཤེས་ཀྱིས་མིན་ཞིང་འདི་བྱེད་འདི་མི་བྱེད་  
སྟམ་པ་སོགས་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་དུས་ལས་མི་ཡོལ་བར་  
འཇུག་ ཏུས་མིན་དུ་ལྷོག་པ་སོགས་དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་  
ལས་འཇུག་ལྷོག་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ། གཉིད་ཀྱིས་བསྐྱད་  
པའི་སེམས་ཀྱིས་སད་པའི་སྟོང་བག་མི་རྣམས་ན་རྒྱུར་མཐོང་གིས་བསམ་གྱིས་

མི་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཅན། སངས་རྒྱལ་དེ་ཡི་རྒྱལ་གསུམ་མཁུན་ཚུལ་སོགས་  
 གྱི་མཁུན་པ་འདི་ལྟ་བུའི་ཞེས་དཔག་མི་རྒྱས་ཀྱང་དེ་ཡོད་པ་ཙམ་དཔག་གོ།  
 གསུམ་པ་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་ལ། རོ་བོ་བསྒྲུབ་པ།  
 མཆན་ཉིད་བསྒྲུབ་པ། གྲུབ་དོན་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ།  
 འདས་པ་དང་། མ་འོངས་འབྱུང་རུང་སྒྲུབ་པ་གཉིས། དང་པོ། རི་ལྟར་དཔག་  
 ཅ་དེས་བཤད་པའི་ཚིག་གིས་ཁྱད་པར་ཉི་དབྱེད་གསུམ་གྱི་དག་པར་དེས་  
 གྲུར་ན་དེའི་རྒྱ་ཡལ་ལ་མ་འབྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་རྣལ་མངོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་  
 རྩོན་སྤྱོད་ཟེན་པ་འཕུང་བུ་ཡང་དཔག་པར་རྒྱས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། ཉགས་  
 དགོད་པ་དང་། ཉགས་དེའི་ཚུལ་བསྒྲུབ་པ་གཉིས། དང་པོ། མ་འོངས་ན་  
 འབྱུང་རུང་བ་ཡང་། རྩོད་ཉིད་སོགས་ལ་གོ་མས་པ་རྩོགས་རྣམས་ཡལ་དེ་  
 ལ་གསལ་པ་རབ་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་རྣལ་མངོན་འབྱུབ་སྟེ་འདོད་འཛིགས་  
 སོགས་གོ་མས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་གོ་མས་པ་སོགས་ཀྱང་རྒྱུད་མི་འབྱུབ་པ་  
 སོགས་གཞོད་པའི་མཐུང་གཞན་བཞག་པའི་དེས་པས་འབྱུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞན་ཡུགས་བརྗོད་  
 དེ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་གོ་མས་པ་རྟེན་བརྟེན་པར་  
 རྒྱུབ་པ་འདྲི་ལ། ཁ་ཅིག་ཤེས་པ་སྤྲ་མ་རྟེན་ཉིད་སྤྱི་མས་བརྟེན་པ། རྒྱུབ་  
 ཚུལ་དེ་ག་པའི་ཡ་མཐའ་ཐོག་མ་ཐུག་མེད་དང་མ་མཐའ་ཐུག་མེད་རྣམས་པ་  
 གཉིས། དཔེར་ན་རྒྱུབ་པའི་རྩོན་རྒྱུ་མེད་དང་རྩོན་མ་དང་པོས་འོད་འབྱིན་པ་བཞིན་

ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བ་ཉིད་པེར་བྱས་ནས། ད་ལྟའི་རིག་པ་རྒྱ་འབྲས་  
ཡོད་པར་དངོས་སུ་བྱུང་བས་དེའི་བྱེ་བྲག་ཤུགས་ལ་བྱུང་སྟེ་ཕྱི་ཐུག་མེད་དུ་  
ཡོད་པར་རང་རིག་མདོན་སུམ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་ཅན་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ།  
སེམས་སྒྲ་ཕྱི་ཐུག་མེད་རང་རིག་གིས་མི་འབྱུང་སྟེ་ད་ལྟ་རྒྱ་འབྲས་ཡོད་ཀྱང་  
སེམས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་མི་ཁེག་པ་དང་། རིག་པ་རྒྱན་  
ཆད་པར་དོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། རུ་བ་མེ་ལས་བྱུང་ཡང་གཙུབ་གིང་ཅན་ཐུག་  
བཅས་ལྟ་བུའི་མེ་དྲང་སྒྲོན་མ་འོད་འབྱིན་ཡང་རྣལ་ཁ་མ་རྒྱན་ཆད་དུ་རུང་བས་  
དེ་གཉིས་དཔེར་མི་རུང་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྒྲོན་མཐའ་ཐུག་  
མེད་དང་། ཕྱི་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ། སེམས་ཀྱི་  
ཉེར་ལེན་ནི་སེམས་རང་ཉིད་ལས་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་དེ་རྒྱ་གཞན་གྱི་དེ་  
གསར་དུ་མི་སྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྒྲོན་མཐའ་ཐུག་མེད་འབྱུང་བོ། །  
གཉིས་པ་ལ། བདག་འཛིན་དང་བཅས་པ་དང་། བདག་འཛིན་མེད་པའི་  
གསལ་བ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཅུ་བའི་རྟགས་འགོད།  
དེའི་ཚུལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་རྩོད་སྤང་གསུམ། དང་པོ། འཛི་སེམས་ཀྱིས་སེམས་  
ཕྱི་མ་སྐྱེད་ངེས་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མོངས་པ་དང་ལས་ཉོན་ཆོག་གསལ་བ་ཆང་ཞིང་གོགས་  
བདག་མེད་སོགས་མེད་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ཕྱི་མཐའ་ཐུག་མེད་འབྱུང་བོ། །  
གཉིས་པ་ལ། ཕྱོགས་ཆོས་དང་། ཁྱབ་པ་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
དགག་གཞག་སྤང་གསུམ། དང་པོ་ལ། གཞན་ལུགས་བརྗོད། དེ་དགག་པ་

གཉིས། དང་པོ་དེ་ལ་འཁོར་བར་སྐྱེ་རྒྱུ་གང་ཡིན་སྟུམ་ན་ཕྱི་རོལ་བ་ཁ་ཅིག་  
 བ་རེ། ལས་དྲང་ལུས་དྲང་སྒེམས་གསུམ་པོ་ཚོགས་པ་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་  
 བས་གང་རུང་མ་ཆང་ན་མི་སྐྱེ་སྟེ་ཆུ་ལུད་མེད་པའི་ས་བོན་བཞིན་དེས་ན་ལུས་  
 དྲང་ལས་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་བཀག་པའམ་སྤང་ཕྱིར་དཀའ་བ་སྤྱོད་དོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །གཉིས་པ། དེ་མི་འཐད་དེ་ལས་སྤང་བར་མི་རུས་ཏེ་མཐའ་ལས་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་སྟེང་མ་སྤང་ན་དེ་གཉིས་སྤངས་ཀྱང་སྤང་སྟེ་བས་མི་  
 སུན་པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་སྟེང་སྤང་ན་བུད་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་ལྟར་དེ་གཉིས་  
 འོགས་སྤང་བའི་དཀའ་བུབ་མི་དགོས་པས་དཀའ་བུབ་སོགས་ལས་འཛད་  
 བ་དྲང་མེ་ལྟ་སོགས་ལུས་འཛད་པར་ཚུམ་པ་དེ་ཐར་པའི་ལུས་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། འཁོར་བའི་རྒྱ་ངོས་གཟུང་། དེའི་གཉིན་པོ་བཤད་  
 བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྐྱིར་སྟོན་པའི་རྒྱ་དང་། བྱེ་བྲག་དབང་གས་སྟེ་བའི་  
 རྒྱ་གཉིས། དང་པོ། འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་བདག་ཏུ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་  
 བ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་ཀྱང་། ཆགས་སྤང་སོགས་ཉོན་མོངས་དང་དེ་ལས་དཀར་  
 ནག་སོགས་ཀྱི་ལས་དྲང་ལས་ལས་མཐོ་རིས་དང་ངན་སོང་གི་འཁོར་བ་སྟེ་  
 གཞི་བདུན་པོ་འབྱུང་ཞིང་། གཉིས་པ་ཁང་གི་སྐྱེ་མཆོད་དུག་པོ་འདྲི་ལས་སྐྱེ་  
 མའི་སྐྱེ་མཆོད་གཞན་གྲུབ་སྟེ། དབང་གས་ཕན་ཚུན་རྒྱ་རྒྱེན་ཏུ་སྦྱར་ནས་  
 སོ། །སྐྱེ་མཆོད་དེ་ཡི་བཟང་ངན་སྒྲ་ཚོགས་པ་ནི་ལས་ཀྱིས་བྱེད་དོ། །གཉིས་  
 པ་གཉིན་པོ་ལ། ཕྱོགས་རེ་མགོ་འོན་དང་། མཐའ་དག་དཔྱིས་འཕྱིན་གྱི་

གཉེན་པོ་གཉིས། དང་པོ། བྱམས་པ་དང་མི་སྐྱལ་བ་དང་སྒྲོམས་སྒྲོགས་འཁོར་  
བའི་རྩ་བ་བདག་དྲང་མི་འགྲལ་བྱིར་ན་དེ་གོམས་པས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་དྲུང་  
ནས་གཙོད་ལྷན་པ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ། བདག་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ནི་བདག་དྲང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་འགྲལ་  
བས་ན། བདག་མེད་མཐོང་བས་བདག་དེ་སྐྱོན་འབྱིན་ཏེ་གཞོད་བྱ་གཞོད་  
བྱེད་ཡིན་པས་ཆ་གང་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཙོད་སྤང་། དེའི་ཕྱིར་དཔེར་  
ན་ས་པོན་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་མིན་ན་ཡང་ས་པོན་དེ་མེས་བཞེགས་པ་ན་དེ་  
ཕན་དེ་ག་རང་གི་ཕྱི་མཐུའ་ཐུག་པར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་འཁོར་བ་འདི་ལ་  
ཐོག་མ་མེད་པའི་རྟེན་བཞེན་གྱི་བདག་མེད་མཐོང་ན་འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐུའ་  
འགྲུབ་སྟེ་དེ་ཕན་ཆད་མི་སྐྱེའོ། །གཉིས་པ་བདག་འཛིན་མེད་པའི་གསལ་བ་  
ཐུག་མེད་ཏུ་བརྒྱབ་པ་ནི། འོན་ཀྱང་ན་ལས་འདས་ཆེ་སེམས་གྱུང་རྒྱན་ཆད་  
དོ་སྐྱམ་ན་མིན་ཏེ་སེམས་གསལ་བ་ཅམ་སྐྱེད་པ་ལ་སེམས་ལས་གཞན་སྒོ་བྱུང་  
གྱི་དེ་མ་མི་དགོས་པས་རྒྱ་ཚད་ཞིང་བདག་འཛིན་གྱི་གོགས་བདག་མེད་ལྟ་  
བུ་གོགས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་རྒྱན་མི་ཆད་པར་བསྐྱེད་  
བར་དེས་དེའི་བྱུང་བ་རྒྱབ་པ་ལ་འཛིགས་པ་དང་འདོད་པ་སྒོགས་གོམས་པ་  
ལས་གསལ་སྤང་སྟེ་བར་མངོན་སུམ་གྲུབ་པས་དང་། གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་  
རྒྱབ་པ། ལྟ་མཚན་དེ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་རྟོག་པ་མེད་ཕྱིར་འབྲུམ་མེད་  
འགྲུབ་པོ། །གསུམ་པ་གྲུབ་དོན་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ། སྤང་བ་དང་།



ཡེ་ཤེས་སུན་ཚོགས་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྤྲ་དང་།  
 ལན་གཉིས། དང་པོ། ལྷ་སྟེགས་ཁ་ཅིག་དྲི་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་  
 སྤང་མི་རུས་པ་དང་རུས་ཀྱང་སོ་སྟེས་སྤང་ཐབས་མི་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་ནས་  
 སྤངས་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་ལྟར་སྤང་འགྱུར་ནས་མི་བརྟན་པའི་ཕྱིར་ན། དྲི་  
 མ་སྤངས་པའི་གྲོལ་བ་གཏན་དུ་བ་མེད་ཅེ་ན། གཉིས་པ། དྲི་མ་སེམས་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་མིན་ཏེ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤང་  
 བའི་ཐབས་བདག་མེད་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་སྤྲོད་བས་སུད་ཤིང་བྱད་  
 བའི་མེ་ལྟར་སྤང་མི་ལྟོག་པའི་ཕྱིར་ན་ནམ་གྲོལ་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 གོམས་པ་མི་འཐད་པ་དང་གོམས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མི་སྤྲིད་པ་སྤང་  
 བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ལྷ་སྟེགས་ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ་མཆོངས་པ་རི་ལྟར་གོམས་ཀྱང་མཐའ་མེད་དུ་མཆོངས་མི་རུས་པ་  
 དང་རྒྱ་རི་ལྟར་བསྟོས་ཀྱང་མེ་འབར་མི་སྤྲིད་པ་དང་གསེར་ལྷ་ཡང་མེ་དང་བུལ་  
 བ་སྤང་འབྱུགས་པ་བཞིན་གྱིད་པེས། རྟོགས་བྱའི་དོན་ལ་གོམས་པ་ཆད་  
 མེད་པ་དེའི་ངང་དུ་འགྱུར་བ་སྤྲིད་པ་མིན་ཞེ་ན། གཉིས་པ། མཆོང་བའི་ལུས་  
 སྟོབས་ཐད་ཀའི་འབད་པ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རྒྱན་བར་མ་ཆད་དུ་འཕེལ་མི་རུས་  
 ལ་སེམས་ནི་ངང་གིས་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་འཕེལ་བ་ས་བོན་ལས་ས་བོན་བཞིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལུ་བསྟོལ་ཡང་རྟེན་མི་བརྟན་པའི་ཕྱིར་མེའི་རང་བཞིན་  
 དུ་མི་འགྱུར་ཡང་སེམས་སྤྲ་མའི་རུས་པས་བྱི་མ་ཁྱད་པར་དུ་འཕེལ་བས་སུད་

ཤིང་མེར་འབྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གསེར་བལྟས་བ་སྤྲུང་སྤྲུང་བ་འབྱུར་བའི་རྒྱ་གསེར་རང་ཡོད་པའི་བྱིར་དཔེར་མི་རྒྱུང་ཡང་སེམས་སྤྲུང་ལྟོག་པའི་རྒྱ་མེད་པས་ཤིང་བསྐྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཡང་ཁོ་ན་རེ་སྟོང་ཉིད་དང་སྟོང་རྩེ་གོ་མས་པ་ལས་སྟོད་ཉིད་ཡི་དང་དུ་འབྱུར་བ་བྱིན་མོད། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཐའ་ནམ་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་ན། དེ་སྤྲུང་གྲང་མི་ཤེས་ལ་གལ་ཏེ་ཤེས་ན་ཤེས་བྱ་ལ་མཐའ་ཡོད་དགོས་པས་ལོག་ཤེས་སུ་འབྱུར་བས་ན་ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱབ་པ་དཀྱའ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། དོན་ཀུན་ཤེས་པའི་ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱབ་པ་དང་། དེ་ལ་དབག་ནས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་ཀུན་མཁྱེན་བརྒྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རིགས་པ་དང་། དེད་པེས་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། རེ་ཤིག་དང་པོར་རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉིར་ལ་མཁོ་བའི་གཙོ་བོའི་དོན་རྒྱ་འབྲས་བདེན་བཞིའི་འཇུག་ལྟོག་ལ་མི་སྤྲུང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་བྱུང་བས་ན་ལམ་དེ་འདྲ་བ་སྟོན་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཡིན་ཏེ་དགོས་པའི་དོན་ཀུན་མཁྱེན་པའི་བྱིར་ན་དཔེར་ན་སྤྲུང་ནམ་མི་ཀུན་ཚོགས་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ། སྤྲུང་བའི་དགོས་པའི་དོན་ཀུན་ཤེས་པ་ལ་མཐའ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞེས་ཟེར་ཏེ་དཔེར་ན་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་ཆོས་ཉན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ། དགོས་མེད་པ་ལང་མེད་ཀྱང་ཆོས་ཉན་པ་པོ་ཐམས་ཅད་མ་འདུས་པའི་སྟོན་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རིགས་པ་དང་། དཔེ་གཉིས།  
དང་པོ། ཡང་ན་གང་ཐུ་ཞིང་ཟབ་པའི་དོན་མཁྱེན་པ་དེ་ལ་རྗེས་སྤྱད་པ་ག་པ་  
ཡིས་ཤེས་བྱའི་ནམ་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རུལ་  
ཐུན་མཐོང་བའི་མིག་གིས་བུམ་པ་མཐོང་ངེས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ།  
དཔེར་ན་བསྐལ་བའི་བར་དུ་བརྗོད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཡང་། བ་མེན་དབབ་པའི་  
མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་ཅིག་ཆར་འཆར་གྱིན་པ་དེ་བཞིན་ཤེས་བྱ་མཐའ་མེད་པ་  
ཡིན་ནའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྱེན་པའི་སྒྲ་ཅིག་གཅིག་གིས་མཁྱེན་པ་ཡིན་  
ནོ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སྤྱད་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་མདོན་སུམ་ལྟར་སྤང་ལ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ།  
འབྲུལ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མདོན་སུམ་ལྟར་སྤང་ཉིད་དུ་  
འདོད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེ་བ་རྟོག་པ་འབྲུལ་ཤེས་དང་རྟོག་མེད་འབྲུལ་  
ཤེས་གཉིས་ཡོད་ཅིང་རྟོག་མེད་ལ་ཡང་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཤེས་འབྲུལ་པ་  
དང་ཟླ་གཉིས་ལྟ་བུ་དབང་ཤེས་འབྲུལ་བ་གཉིས། རྟོག་པ་ནི་ཚོས་གཤམས་  
ཀྱིས་བཞེད་པ་ལྟར་བད་རྟེན་ཅན་གྱི་རྟོག་པ། དོན་གཞན་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
རྟོག་པ། རྒྱལ་ཏུ་གྱུར་པའི་དོན་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་གསུམ་ཡིན་ལ། ཚད་མ་མདོར་  
དུག་བཤད་པ་ནི་ལོག་རྟོག་ལྟོག་སྤྱིར་གསུམ་པོ་ལས་སྤེལ་གསུངས་པ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཡང་འབྲུལ་ཤེས་ལ་སྤྱིག་རྒྱ་ལ་ཆུར་འཛིན་ཐག་ཁྲ་ལ་སྤྱལ་འཛིན་གྱི་  
སྒོ་ལྟ་བུ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་བ་ལང་སྤྱི་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་ལྟ་བུ་དང་།

རྗེས་དཔག་རྟགས་རང་ཉིད་འཛིན་པའི་སེམས་དང་། རྗེས་དཔག་ལས་བྱུང་  
བ་རྟགས་ཅན་རྗེས་སྤྲུང་པག་བྱ་འཛིན་པའི་སེམས་དང་། དྲན་པ་འདས་པའི་  
དོན་དང་མཛོན་འདོད་མ་འོངས་པའི་དོན་འདོད་པའི་སྒྲོའོ། །དེ་ལ་རིགས་པ་  
ཅན་པ་དབང་གིས་རྟོག་བཅས་སྤྲུལ་པ་སེལ་ཆེད་དང་པོ་གཉིས་བརྟན་  
ལ། བར་མ་གཉིས་རྟགས་ལ་བརྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། དེ་ཡང་དབང་  
གིས་མིན་པར་བསྒྲུབ་པའི་མཐུན་དཔེ་གྲུབ་པའི་ཆེད་དོ། །ཐ་མ་གཉིས་རྟགས་  
ལ་མ་བརྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་གིས་པ་བརྟན་ཅན་  
གྱི་རྟོག་པ་དང་། འབྲུལ་གིས་དོན་གཞན་སྒྲོ་འདོགས་དང་། བྱི་མ་བཞི་ལྟ་  
གྱུར་དོན་ཅན་ལས་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཆད་འབྲས་ལ། དགག་གཞག་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། བྱིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ལྷགས་གསུམ་སོ་སོར་དོན་  
ལྟ་བུ་སྟེ་དོན་སྣང་གི་གིས་པ་རྟོག་མེད་ཆད་མ་དྲ་དེའི་འོག་ཏུ་དོན་གྱི་རོ་བོ་  
དང་ཁྱད་པར་དེས་པ་ཡི་རྟོག་པ་འབྲས་བུ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཆད་མ་དང་ཆད་མའི་  
འབྲས་བུ་འཛོག་པ་དང་། རིག་པ་ཅན་པ་དབང་དོན་སྤྲད་པ་དྲ་དེ་ལས་དོན་  
རྟོགས་པ་ཆད་མ་དང་འབྲས་བུར་འདོད། བྱི་བྲག་པ་ཡོན་ཏན་སོགས་ཁྱད་  
པར་འཛིན་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་རྗེས་རྟོག་པ་ཆད་མ་དང་འབྲས་བུར་དེར་  
སྒྲུའོ། །གཉིས་པ་ལ། མི་འཐད་པའི་ལྟོགས་དང་། འཐད་ལྟོགས་གཉིས།  
དང་པོ། ཉན་ཐོས་བྱི་སྒྲུབ་པ་ལ་ལ་དབང་པོ་ཉིད་ཡུལ་བཞག་འཛོག་གི་ཆད་  
མ་དེ་ལས་འབྱུང་བའི་གིས་པ་འབྲས་བུ་སྟེ་ཆད་འབྲས་དེ་ལྟར་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ། སྤྱི་བྱེ་བྲག་གཉིས། དང་པོ། དེ་རྣམས་མི་འབྲང་བ་དེས་ན་  
 རང་ལུགས་དེ་གཉིས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་མིན་གྱི་རྣམ་པར་གཞག་  
 པའི་འབྲས་བུ་དང་རྣམ་འཛོགས་གྱི་རྒྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ལ་ཚད་  
 མ་དང་འབྲས་བུར་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། མཛོན་སུམ་དང་། རྗེས་དཔག་  
 གི་ཚད་འབྲས་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་དང་། དོན་རིག་  
 པའི་ལུགས་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་གཟུང་འཛིན་རིག་གསུམ་གཞལ་ཚད་  
 འབྲས་གསུམ་བཞག་པ་ལ་རང་རིག་ཚད་འབྲས་ཡིན་པར་ནི། ཤེས་རྣམ་  
 གཞག་པའི་རྣམ་པཅས་ཀྱི་གྲུབ་མཐུན་ལ་ཆེར་མཐུན་ནོ། །གཉིས་པ།  
 དོན་རིག་སྒྲུབ་བྱེ་བྱས་སོགས་རང་རང་གི་གྲུབ་མཐུན་ཉིད་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཚད་འབྲས་  
 ཀྱི་རྣམ་གཞག་སོ་སོར་འཛོགས་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། དོན་རིག་པའི་ལུགས་དང་།  
 རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་ལ་རྒྱལ་གྱི་མེ་ཡི་རང་མཚན་དུ་  
 ཞེན་པའི་མེ་དེ་གཞལ་བུ་ལ་དུ་བ་རང་མཚན་ལས་བྱུང་བ་དུ་འཛིན་གཞན་  
 མེ་ལ་གྱི་སྒོ་རྟགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་སོང་བ་དེ་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཡུལ་རང་  
 མཚན་དེ་རྟོགས་པ་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞེས་མཁས་རྣམས་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ།  
 ཁའི་རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་ལ་འབྲས་རྟགས་མི་མིན་དེ་ལ་མེ་ཡོད་ན་སྤྱི་  
 དོན་གྲུབ། མེད་ན་རྟགས་ལའུལ། ད་ལྟ་མེད་ཀྱང་སྤྱིས་ཡོད་ན་རྒྱལ་ས་འབྲས་  
 བུ་སྤོའ་ཟེར་ན། སྤྱི་བྱེ་བའི་ཚེ་མེར་སྤྱད་གསལ་བོར་སང་པའི་བྲག་ཆགས་  
 ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ལས། དུ་བར་སྤྱད་པའི་བྲག་ཆགས་སྤྱི་བས་དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་

སྤྲུལ་པ་ན་སྤྲུལ་དུ་བ་མཐོང་ཆོ་ལ་རྒྱལ་དུ་ཕྱིན་ན་མེར་སྤྲུང་བའི་བག་ཆགས་  
སད་ལྷན་པར་དཔོག་པ་དེས་ན་སྤྲེས་བྱ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ཕྱིར་སེམས་ཙམ་གྱི་  
ལྷགས་ལའང་དེ་རྗེས་དཔག་ཡིན་ཞེས་མཁུ་རྒྱུ་ས་བཞེད་དོ། །ཆོད་  
མ་རྟོགས་པའི་གཏེར་ལུས་མདོན་སྤྲུལ་བརྟག་པའི་རབ་དུ་བྱེད་པ་སྟེ་དགུ་  
པའོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། མཇུག་བསྟགས་སྤྲུལ་  
དང་པོ། རྗེས་དཔག་ལ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རང་དོན་  
དང་། གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་  
རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་གཉིས། དང་པོ། རང་དོན་རྗེས་དཔག་གི་མཚན་  
ཉིད་ནི། ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་གཞལ་བྱ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
པ་ལ། གང་གིས་རྟོགས་པའི་རྟགས། དེས་རྟོགས་པའི་བསྐྱུ་བ་བྱ་གཉིས།  
དང་པོ་ལ། རྟགས་ཀྱི་ལྷོས་གཞི་ངོས་གཟུང་། དེ་ལ་ལྷོས་པའི་རྟགས་ཀྱི་རབ་  
དབྱེ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཚུལ་དང་པོའི་ལྷོས་གཞི། རྩབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལྷོས་  
གཞི། དེ་དག་ལྷོས་གཞིར་འཛིན་པའི་འཐད་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། ལྷོས་  
གཞི་རྗེས་སྤྲུལ་བཀའ་བྱའི་སྒྲ་དོན་སྤྱིར་བསམ་པ། སྐབས་བབ་ཀྱི་དོན་ངེས་  
པར་བྱ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟོགས་ཀྱི་སྒྲ་འཇུག་ཡུལ། རི་ལྟར་འཇུག་  
པའི་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་ལྟོགས་ཞེས་པའི་སྒྲ་ནི་བསྐྱུ་བ་བྱའི་ཆོས་  
དང་བསྐྱུ་བ་བྱ་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོགས་པ་བརྗོད་ལ་དདོས་མིང་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་

ནོ། །ཆོག་པ་དོན་དེ་ཡི་སྤྱོད་པ་དེས་ཟིན་པའི་སྤྱིར། ཡ་གྲུལ་ཆོས་ཆོས་ཅན་གཉིས་པོ་གང་རུང་ལ་བཏགས་ནས་འཇུག་གོ། །གཉིས་པ་ལ། སྒྲ་དངོས་བཏགས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྦྱར་བསྟན། སྒྲ་བས་བབ་ཀྱི་དངོས་བཏགས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། མིང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡང་དགོས་པ་རྒྱ་མཆོན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པར་བརྗོད་པར་འདོད་པས་སྒྲ་བྱུང་པ་ཡི་མིང་དེས་དོན་དེ་ཉིད་ཁོ་རང་རང་དབང་གི་རྣམ་པ་གོ་བུ་དངོས་མིང་ཡིན། གཞན་ལ་གྲགས་པའི་མིང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་མཆོན་དང་དགོས་པ་འགའ་ལས་དངོས་མིང་གིས་བརྗོད་བྱ་དེ་ལས་གཞན་ཞིག་གོ་ཞིང་རྟོགས་པ་དེ་ནི་གཞན་མིང་གཞན་ལ་སྦྱར་བའི་བཏགས་པའི་མིང་རུ་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་ཀྱི་མིང་རུ་འཇུག་ཚུལ་དང་། བཏགས་མིང་རུ་འཇུག་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། ཆོག་པ་དོན་བསྐྱབ་ཆོས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་ནི་སྤྱོད་པ་ཀྱི་སྒྲ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཐུ་སྟེགས་ཚུན་ཆད་བྱུང་མེད་པར་གདོད་ནས་བྱུང་པས་མི་འཁྲུལ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ། འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆོན། དགོས་པ། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ། དང་པོ། བཏགས་པ་ལ་ནི་འདྲ་བ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་པ་དང་། འབྲེལ་བའི་རྒྱ་མཆོན་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཆོས་ལ་སྤྱོད་པ་སྦྱ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་དང་། ཆོས་ཅན་ལ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་གཉིས། དང་པོ། དགོས་པ་མེད་པར་བཏགས་པར་མི་བྱ་བས་ཅི་

བྱིར་བཏགས་ན་ཆོས་རྒྱུད་པ་ལ་ཕྱོགས་ཞེས་བརྒྱབ་བྱུང་མིང་བཏགས་པ་དེ་  
 བྱི་གཏན་ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་བ་ཞེས་བརྗོད་ན་འགལ་བའི་ཆོས་ལ་ཡང་  
 རྗེས་འགོ་ཡོད་དམ་སྙམ་པའི་འགལ་བའི་གཏན་ཆོགས་རྒྱུད་ཏགས་ཡང་དུག་  
 ཏུ་ལོག་པར་རྟོག་པ་སྤང་སྟེ་གཏན་ཆོགས་བརྒྱབ་བྱུང་རྗེས་སུ་འགོ་བཏོགས་  
 པའི་བྱིར་རུམ་ཡང་འགལ་ཞིག་ཏུ་ཆོག་གི་སྟེ་བྱིར་བརྗོད་བདེ་ཞིང་འགྲིག་  
 པའི་དོར་བྱས་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་མ་  
 བརྗོད་པར་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་ཤེས་འདོད་མཐུན་དཔེ་མི་མཐུན་  
 དཔེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་དང་པོ་ཁོ་ནར་མི་ངེས་པས་གཞན་གཉིས་ལ་འབྱུལ་  
 གཞི་ཡོད་ལ་ཆོས་ཅན་ཞེས་པ་ཅིག་ཤོས་གཉིས་མིན་པའི་ཚུལ་བརྗོད་དེ་མཐུའ་  
 རུམ་ས་བཀའ་ན་བརྗོད་པ་ཡུན་རིང་འགོ་ར། ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་  
 ཞེས་དངོས་མིང་བརྗོད་ན་དེས་འབྱུབ་རྒྱུ་ཆོགས་བཅད་སོགས་སྟེ་བཆོ་སྟེ་བ་  
 རྒྱུར་ཉམས་པ་དེས་ན་ཕྱོགས་ཞེས་བཏགས་པས་ཆོག་ཏུང་བྱེད་དེས་དོན་མི་  
 འབྱུལ་བར་བདེ་ལྷག་རྟོགས་སྟེར་ཕྱོགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས།དང་པོ། འོ་ན་ཕྱོགས་དྲུང་ཆོས་ཅན་  
 གཉིས་ཀ་རང་གི་འཇུག་བྱ་བྱེད་མ་ཡོད་པར་འདྲ་བས་ཤེས་འདོད་མི་གོ་བར་  
 མཚུངས་ཤིང་། གཉིས་པ་ལ། ལན་དངོས་དང་། དེ་དཔེས་བསྟན་པ་གཉིས།  
 དང་པོ། གསལ་པའི་སྟོན་ནས་བྱུང་བར་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་སྐབས་བསྟན་  
 བ་ཕྱོགས་རྒྱུད་པའི་སྐྱེ་འཇུག་བྱ་མང་ཡང་སྐབས་འདིར་ཆོས་དྲུང་འབྱེལ་བའི་



ཕྱོགས་གྱི་སྒྲ་ཚུད་གཞི་ཉིད་ལ་གོ་བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ལྷག་ལྷན་ཞེས་ལག་  
 པ་ཡོད་ཚད་ལ་མི་འཇུག་པར་གྲུང་བོ་ལ་གོ་བ་བཞིན། ཚེས་ཞེས་པའི་སྒྲ་དང་  
 འབྲེལ་ཡང་ཚེས་ཅན་གྱི་སྒྲ་སྤྲོད། ཚུད་གཞི་ཁོ་ན་དེས་པར་མི་རྒྱས་ཏེ་མགོ་ལྷན་  
 ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་འཇུག་གི་གྲུང་བོ་མོགས་ཤེ་ཤེ་ལ་མི་འཇུག་པ་བཞིན་དེས་ན་  
 གྲགས་པའི་བྱད་ཡོད་དོ། །བརྒྱ་བའི་ཚོགས་སྤྱུ་བཅུད་པའོ། །

གསུམ་པ་དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་ནི། ཚེས་རྒྱུད་བ་དང་ཚེས་ཅན་རྒྱུད་བ་ཤེ་ཤེ་  
 བརྒྱབ་བྱ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གྲུབ་བསལ་མེད་ལ་དཔག་བྱར་བཟུང་བའི་མཚན་  
 ཉིད་དེ་ཡ་གྲུལ་གཉིས་པོ་ཤེ་ཤེ་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྲ་བས་བབ་  
 ལྷོས་གཞི་དངོས་ནི། ཚད་མས་གྲུབ་བསལ་མེད་ལ་དཔག་གཞིར་བཟུང་བ་  
 ཤེས་འདོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞིང་དེ་ནི་ཚུལ་དང་པོའི་ལྷོས་གཞི་ཡིན་ལ་དེ་  
 ལ་དྲགས་མདོན་སྤྱུ་མམ་རྗེས་དཔག་གིས་གྲུབ་པ་ཚུལ་དང་པོ་ཕྱོགས་ཚེས་  
 ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་གི་ལྷོས་གཞི་ལ། དགག་གཞག་སྤྱང་  
 གསུམ། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྤྱུ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཚུལ་  
 ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ལྷོས་གཞི་ལ་གཉིས་པའི་རྗེས་འབྲང་ཁ་ཅིག་ན་ཤེ། བརྒྱབ་  
 བྱའི་ཚེས་ལྷན་མི་ལྷན་ལ་མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར།  
 མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་པོ་མི་འགལ་ན་དྲགས་ཡང་དག་མི་སྤྱིད་  
 པས་དེ་གཉིས་དངོས་འགལ་དུ་བསམས་ཤིང་རྫོམ་ནས། དེ་ལྷན་དེ་གཉིས་  
 མིན་པའི་ཕྱང་གསུམ་ཕྱང་བར་དོགས་པ་ལ་རྗེས་དཔག་ཚད་མའི་ཡུལ་རང་

མཆོན་དང་དོན་སྤྱི་བསྐྱེད་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་པར་མི་ཤེས་པ་འགྲའ་ཞིག་གིས་  
 རྣམ་ལྟོག་ནམ་པར་བྱེ་སྤྱི་སྤྱི་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་ཆོས་བསྐྱབས་ན་དོ་བོ་གཅིག་  
 བ་བྱས་པས་མི་ཉག་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་དང་ཐ་དྲད་ལྟ་བུ་བས་མི་བསྐྱབ་པ་  
 ལྟ་བུ་གཉིས་ཡིན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་ལྟོག་ཆོས་བསྐྱབས་ན་རང་ལྟོག་ལ་ཉེན་ནས་  
 བསྐྱབ་པ་གཅིག་ཤུ་ཉེ་གསུམ་དུ་ཡོད་ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ་ལ། རྩོགས་གཉིས་  
 ལྟ་བུ་ཆོན་ཆོད་པ་མི་འཐད། རྣམ་ལྟོག་བྱེ་སྤྱི་བསྐྱབ་པ་མི་འཐད། རྩེ་བྲག་རྩེ་  
 རང་ལྟོག་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། རྩོགས་གཉིས་  
 ལྟ་མི་འདུས། འདུས་པའི་རྣམ་གཞག་འཛིན་པར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 རྣམ་ལྟོག་རི་ལྟར་སོ་སོར་བྱེན་ཡང་མཐུན་མི་མཐུན་ལྟོགས་གཉིས་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དུ་རྟེན་མི་རྣམས་ཏེ་ལྟོགས་གཉིས་ཀ་ལ་འདུག་པའི་རྣམ་དང་ལྟོག་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 མཁས་པ་རྣམས་ལ་གྲུབ་པར་མཐོང་དོ། །གཉིས་པ་ལ། བརྟགས་ན་མི་  
 འཐད། ཏུང་ཐལ། རྣམ་གཞག་འགལ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དཔོངས་པ་མིན་  
 བར་བསྟན་པ་བཞི། དང་པོ། དོན་རང་མཆོན་རྒྱུད་པ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་  
 ན་ནི། ཆད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱི་རྣམ་བཅད་  
 ཅམ་ཡང་མེད་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དོན་དེ་ལ་སྒྲོ་དྲོར་སྒྲུང་བ་སེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་  
 དགག་སྐྱབ་བྱེད་ན་ནི། བསྐྱབ་བྱ་ཡོད་པར་ངེས་པ་མཐུན་ལྟོགས་དང་མེད་  
 བར་ངེས་པ་མི་མཐུན་ལྟོགས་དང་དེ་གཉིས་གང་དུ་འང་མ་རྟེན་པ་གསུམ་དུ་  
 ཅིའི་ཐྱིར་མི་འགྱུར། གཉིས་པ་ལ། རྩོགས་ཆོས་མི་འགྲུབ། རྩོགས་གཞན་

གཉིས་ཀྱང་མི་འགྲུབ། ལྷོག་པས་འབྱེད་ན་མ་ངེས་པ་མི་སྲིད་པ་གསུམ།  
 དང་པོ། རྒྱལ་གཉིས་སྤྱོད་ཚོན་ཚོན་ན་བར་དེར་རྒྱལ་དང་པོའི་ལྷོས་གཞི་ཤེས་  
 འདོད་ནི་དེ་གཉིས་མིན་པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་འདོད་ཕྱིར། ལྷོས་  
 གཞི་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་དྲང་པོ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་ཤེས་འདོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་  
 རུང་རུ་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷོས་གཞི་དང་པོ་མི་འདོད་ན། འདི་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཚོས་ཞེས་རྒྱལ་དང་པོ་དེའི་མཚན་ཉིད་ལོགས་སུ་གཞག་པར་དགྲ་འོ། །  
 གཉིས་པ། ལྷོས་གཞི་དང་པོ་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་སུ་ངེས་ན་  
 ལྷོས་གཞི་གཞན་མཐུན་མི་མཐུན་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པ་དང་མི་  
 མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་མེད་པར་ངེས་པའི་རྗེས་འགྲོ་དང་ལྷོག་ཐུབ་དག་ཀྱང་མཐུན་  
 ཡུལ་ཤེས་འདོད་མེད་པས་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་སོགས་བརྗོད་པ་དཔ་  
 ཏུ་དགྲ་འོ་པ་ཡིན་ཏེ་མཐུན་དཔའི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཡོད་པ་རྗེས་འགྲོ་སོགས་  
 བརྗོད་དགོས་པས་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཛིག་གོ། །གསུམ་པ། སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཚོས་དང་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་པོ་ངོ་པོ་གཅིག་ལ་རྟགས་སྤྱོད་པའི་ཆ་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཚོས་ཀྱང་ཡིན། བསྐྱབ་བྱ་ལྷན་པའི་ཆ་ནས་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་ཡིན། མི་  
 མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་བར་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པས་འབྱེད་དོ་སྒྲུལ་ན་ནི།  
 རྟགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འགལ་བ་དང་ཡང་དག་གཉིས་ཁོ་ནའི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བར་འགྱུར་ཏེ་ཤེས་བྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་སུ་ངེས་པ་དང་། རྟགས་དེ་གཉིས་གང་  
 རུང་ལ་ཡོད་ཅིང་དེ་མིན་ལ་མི་སྲིད་པར་ཁས་སྤྱོད་སྤྱོད་པས། གཏུན་ཚིགས་

མ་དེས་གཤམ་སྤྲོད་དེ་སྒྲིམ་མི་རྟག་གམ་རྟག་པར་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མཉན་བྱ་དང་ཤེས་  
བྱ་གང་རུང་བཀོད་ན་འགལ་བ་དང་། ཡང་དག་གང་རུང་དུ་འགྱུར་རིགས་  
པས་སོ། །ཆོགས་དོན་མཐུན་ཕྱོགས་སོགས་རྒྱུད་པ་གཉིས་པོ་འདི་ལོ་རྩ་བ་  
ཆེན་པོའི་རྣམ་དེས་ཀྱི་ལྷན་རྒྱུ་བཀོད་པ་འདིར་འབྲེལ་བའི་ནང་དུ་ཕྱོགས་སྐྱེ་  
བཀོད་པ་ཡིན་པས་གཞུང་རྩ་བར་བཀོད་པ་ནོར་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་རང་  
གི་རྣམ་གཞག་འགལ་བ། ཤེས་བྱ་ཕྱོགས་གཉིས་སྐྱེ་དེས་བ་དང་། ལྷོས་གཞི་  
གསུམ་དུ་འདོད་པ་ནང་འགལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་དེས་པའི་གྲངས་ལས་གཞན་མི་  
དགོས་པས་སོ། །དོན་དུ་ལྷོས་གཞི་གཉིས་སྐྱེ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན་ནོ། །དེ་  
ལྷོས་རྟགས་རྒྱུད་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་པ་མི་དགོས་པའི་ཚུལ་གཉིས་སྐྱེ་འགྱུར་  
རོ། །ཁའི་བ། ཤེས་བྱ་གང་ཡིན་སྐྱུར་བའི་སྒྲོལ་གཅིག་གི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་  
མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སྐྱེ་དེས་བ་སྐྱོད་དཔོན་ཆོས་གཞག་གིས་མི་བཞེད་  
དོ། །གཉིས་པ་རྩལ་ལྷོག་ཕྱེ་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་པ། རྩལ་ལྷོག་སོ་སོར་  
ཕྱེ་བ་ཡི། རྣམ་གཞག་འདིའི་རྩལ་སྐྱེ་འཇུག་ན་དོན་རང་མཚན་རྟོག་ཡུལ་  
མིན་ལ། རྟོག་ཡུལ་གཞན་སེལ་རྒྱུད་པ་ལ་ཐོབ་པ་མེད་པས་འདི་གཞེན་གྱི་  
ཐ་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་འདི་ག་གོ། །གསུམ་པ་རང་ལྷོག་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱབ་པ་མི་  
འཐད་པ། རུང་ལྷོག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་ཞེས་བ་ཡི་ཚུལ་འདི་མ་བཞིའི་ཚུལ་  
དུ་བརྟགས་ན་སྤྲོད་པོ་མེད་དེ་རྩལ་ལྷོག་བསྐྱེས་ཏེ་མ་གྲུབ་པར་ལྷོག་རྒྱུད་གིས་  
དགག་སྐྱབ་མི་འགྲུབ་པས་སོ། །གསུམ་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྐྱང་བ་

ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། འོ་ན་སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་དངོས་འགལ་  
 མ་ཡིན་ཕྱིར། དགག་བྱ་ཁེགས་པས་བསྐྱབ་བྱ་བྱུང་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་བྱུང་  
 པས་དགག་བྱ་ཁེགས་པའི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ནུས་གཞག་འདྲི་གཅིན། གཉིས་  
 པ་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་གནད་ནི། སྤྱོད་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་པ་མིན་ཏེ་ཚོས་གང་ལ་  
 ཚད་མའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་འགལ་འབྲེལ་དེས་པས་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། གང་སྤྱོད་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྤྱོད་དང་། གང་ལ་  
 སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་གཞི་དོས་གཟུང་བ་གཉིས། དང་པོ། དེས་ན་རྟག་དང་བསྐྱབ་  
 བྱ་འབྲེལ་པ་ཚད་མས་དེས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་རྟགས་ཡོད་ན་བསྐྱབ་བྱ་ཡོད་  
 པ་དང་བསྐྱབ་བྱ་མེད་ན་རྟགས་མེད་པར་དེས་པ་དེས་ན་རྟགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 བསྐྱབ་བྱ་འགྲོ་བ་དང་བསྐྱབ་བྱ་ལོག་ན་རྟགས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་མི་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། རྟགས་ཀྱི་དགག་  
 སྐྱབ་ཀྱི་ཡུལ་དོས་གཟུང་བ། གཞན་སེལ་ཀྱི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་  
 གསུམ། དང་པོ་ལ། མཆན་ཉིད། མཐུན་ཡུལ་དོས་གཟུང་། དེ་ལ་རྩོད་  
 སྐྱབ་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་མཐུན་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྩོད་གཞི་དེ་དང་བསྐྱབ་བྱ་འདྲི་  
 ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད་མཚུངས་པ་ལ་མཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་མི་མཚུངས་པ་ལ་མི་མཐུན་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ་སྐྱབ་དང་བུམ་པ་མི་རྟག་པའི་སྤྱོད་གཅིག་གིས་  
 བཅིངས་ཏེ་མཚུངས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད། གཉིས་པ། མཐུན་ཡུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 དེ་དག་ཀྱང་བདགས་པ་བ། ཚོས་ཅན་ཀྱི་གཞན་སེལ་ཉིད་ཡིན་ཀྱི་ཚོས་སྤོང་ན་

དང་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གྱི་རང་མཚན་རྒྱུད་པ་གཉིས་པོ་མིན་ནོ། །གསུམ་པ།  
 དེས་ན་འདྲི་ལ་གཞན་གྱི་ལྷན་ཀླ་བྱུང་པ་གྲུབ་ཆོད་རྒྱུ་བྱུང་བར་ཐལ་བ་  
 དང་། ཐུན་མོང་མ་དེས་པ་འགལ་བར་ཐལ་བ། ཡང་དག་གི་ཚུད་གཞི་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་སུ་ཐལ་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་མེད་ལ། ཆད་མའི་གཞུང་གི་དགོངས་  
 པ་འུང་འདྲི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རིགས་པས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་  
 གྱི་དགག་རྒྱུ་བ་གྱི་ཡུལ་དོས་གཟུང་བ། རྣམ་ནི་དངོས་པོ་ལས་གཞན་ཐ་དང་  
 པ་མིན་ལ་གཞན་སེལ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཡང་  
 མེད་ལ། དེས་ན་དོན་རང་མཚན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམ་དང་རྟོག་དོར་སྤང་བའི་  
 ལྷོག་པ་གཉིས་དེ་བོ་གཅིག་ཉིད་དུ་འབྱུལ་བ་ཉིད་ལ་དགག་རྒྱུ་བ་བྱེད་གྱི་རེ་  
 རེ་ནི་དགག་རྒྱུ་བ་གྱི་ཡུལ་དུ་མི་འཐད་དོ། །གསུམ་པ་གཞན་སེལ་གྱི་དབྱེ་བ།  
 ཡོད་པ་དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་བུམ་སོགས་དང་། མེད་པ་དངོས་མེད་གྱི་ཐ་སྣང་  
 འབྱུག་པའི་རྟེན་རི་རུ་སོགས་དང་གཉིས་ཀླ་ཡིན་པར་སེལ་བས་སྒྲོ་གདགས་  
 རུང་ཤེས་བྱ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་གསུམ་  
 གྱིས་ཡུལ་དེ་ལ་དོན་དང་ཐ་སྣང་དེ་ཆོས་གཉིས་རྒྱུ་བ་པོ། །གསུམ་པ་ཚུད་  
 སྤང་ལ། རིགས་པ་མི་འཐད་པ་དང་། ཡུང་འགལ་སྤང་བ་གཉིས། དང་པོ་  
 ལ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དབྱུང་ན་མི་འཐད། རྟགས་དང་དགག་བྱ་ལ་བརྟགས་  
 ན་མི་འཐད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ།  
 རྣམ་ལྷོག་མ་བྱེད་པར་རྒྱུ་བ་པ་ལྟར་ན་ཡང་མེ་རྒྱུ་བ་བྱེད་དུ་བྱེད་པའི་རྟགས་བཞོད་པ་

ལས་སྐྱུ་བོའི་རྒྱུ་ཙམ་བོ་དང་བྱས་ལྷོག་རྟགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་  
 ཚང་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལ་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྷོག་དེ་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འདུ་ཚུལ་ལ་དབྱུད་ན་ཁ་ཚོན་མི་ཚོད་པས་མཐུན་ཕྱོགས་ཁོ་  
 བ་ལ་ཡོད་པ་སོགས་རྗེས་བྱུང་དང་ལྷོག་བྱུང་མི་བྱུང་པས་ཚད་མ་དག་གི་  
 རྣམ་གཞག་འདྲི་གཅིན། གཉིས་པ། སྐྱོན་མེད་དེ་རྩ་བ་དྲུང་ནི་ཚུལ་གསུམ་  
 གྱི་ཐུན་མིན་གྱི་གཞན་སེལ་གཉིས་པོ་སྐྱུ་བོ་དང་ཤེས་བྱ་གཉིས་གྱི་ལྷོག་ཡིག་  
 པ་དང་། འབྲེལ་བས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་སྤང་གསུམ་པར་མི་འགྱུར་ལ། སྐྱུ་བོ་  
 དང་ཤེས་བྱ་ཙམ་གྱི་ལྷོག་པ་ཙམ་ནི་དེ་གཉིས་གྱི་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ལ་འབྲེལ་བྱིན་ན་དེ་ལྟར་འཛིག་པ་འཐུང་དོ། །གཉིས་པ་ལ། གཞན་  
 ལན་དག་ག་རང་ལན་བསྟན་པ་གཉིས། དང་བོ་རྟགས་དག་ག་བྱའི་ཆོས་སམ་  
 ཆོས་ལྟན་ལས་ལྷོག་པ་དང་གཅིག་དེ་གཉིས་འགོ་ག་པ་དང་གཉིས་བསྐྱབ་  
 བྱའི་ཆོས་མེད་དག་ག་གི་ཐ་སྟད་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དབྱུད་པ་དང་གསུམ་རྟགས་  
 ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དབྱུད་པ་དང་བཞི་ཉིད་གྱི་ཚུད་པ་བཞི་  
 ཡོད་པ་དེ་ཡི་ཚུད་སྤྱོད་དུ་བཀོད་པ་གཞན་གྱི་ལན་རྣམས་ནི་གཞན་སེལ་མ་  
 རྟགས་པས་འབྲེལ་ལོ། །གཉིས་པ། ཚུད་པ་སྐྱུ་མ་གསུམ་གྱི་ལན་མེད་དག་ག་  
 གི་ཐ་སྟད་ནི་མེད་པ་གཞན་སེལ་ཙམ་ཡིན་པས་དོན་དུ་མེད་དག་ག་ཉིད་དུ་  
 འདོད་པས་དོགས་པ་དེ་སེལ་བ་དྲུང་། བཞི་བའི་ལན་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་  
 སྐྱུ་ལྷོག་སྒོ་ངོར་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་སྤང་གསུམ་པ་ཡིན་བྱིན་རྟགས་

དེ་དག་རྟགས་སུ་འབྱུང་དོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་ལྟོས་གཞིར་འཛོག་པའི་འཐད་  
པ། དེ་སྟེང་རྟགས་སུ་བཀོད་གྱུར་པ། དེ་སྟེང་ཕྱོགས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ལྟོས་  
པས་ཚུལ་གསུམ་དུ་བཞག་ལ་འོ་ན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔེ་མེད་ན་ལྟོག་བྱུང་  
མི་གྲུབ་བམ་ཞེན་མིན་ཏེ་ཡང་དག་གི་ཆོ་དངོས་སུ་སྟེ་དོན་དམ་པར་གང་རུང་  
མ་ཆང་ཡང་ལྟོས་གཞི་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་གྱི་མི་གྲུབ་པ་མིན་ནོ། །རྒྱལ་ས་  
བསྟུ་བ། དག་ག་སྟུབ་སེལ་བས་བྱེད་པའི་ལུགས་འདི་ལ། རྩས་ལྟོག་བྱེན་ས་  
མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འདུ་ཚུལ་ལ་དབྱེད་ནས་མི་འཐད་པར་  
སེམས་པའི་ཚུད་པའི་ཉེས་པས་མི་གཞོད་དེ་ཆད་མའི་ཡུལ་སྤང་བཏགས་  
བསྐྱེས་པས་འཁོག་ཞེས་མི་གྲུབ་གཞག་ཉིད་ལ་མཐས་པའི་བྱེད་རོ། །  
བར་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་འོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་རྟགས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་ལ། ཡང་དག་ལྟར་སྤང་། དེ་  
དག་གི་ངོས་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། གཏན་ཆོག་ས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་  
གཞི་ངོས་གཟུང་། མཆོན་བྱའི་རབ་དབྱེ་གསུམ། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་།  
དེ་མཆོན་ཉིད་དུ་རི་ལྟར་འགོ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དག་ག་གཞག་སྤང་  
གསུམ། དང་པོ། ཚུལ་གཅིག་ནས་ནི་དུག་གི་བར་དུ་འདོད་པ་རྟགས་སྟོན་  
མེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་དབྱེད་མཐའ་མ་རྩོགས་པའི་འདོད་ཚུལ་ནི་ཆོའི་ཚུལ་  
གཞན་འདོད་པ་རྒྱལ་ས་ནི་ལྟུལ་ཏེ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་ན་རྟགས་སྟོན་མེད་  
མི་སྟོན་ལ་ཆང་ན་དེ་ལས་གཞན་མི་དགོས་པས་སོ། །གཉིས་པ། དེས་ན་རང་



ལུགས་སྤྱོད་ཚེས་གྲུབ་ཅིང་ཡོད་མེད་འགོ་སྤྱོད་དེས་པའི་ཁྱབ་པ་འཕམ་འབྲེལ་  
 པ་དེས་པ་ནི་གཏུན་ཚིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྒྲིན་མེད་ཡིན་ཏེ་སྤྱོད་ཚེས་དེ་  
 ཚེས་ཁྱབ་པ་སྤྱོད་ཚེས་འབྲེལ་པ་དེས་པ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་རྣམས་དོན་  
 གཅིག་གོ། འདི་ལ་ལམ་སྤྱོད་ཚེས་གྲུབ་སྤྱོད་ཚེས་རྒྱུ་པ་གཅིག་འགྲེལ་བ་  
 དཔུས་སུ་ཤོར་བའོ། །

གསུམ་པ། དེ་ལྟ་ན་སྤྱོད་ཚེས་དང་འབྲེལ་པ་དེས་པ་སྤྱི་ཚུལ་གཉིས་པ་  
 ཁོ་ནར་ཐལ་ཟེར་བ་དང་ཡང་རྗེས་འགོ་ཅམ་པོ་འབྲེལ་ཞིང་བྱུང་བར་ཅན་དུ་  
 ལྟོག་པ་འདུས་ན་རྗེས་འགོ་ཡིས་ལྟོག་པ་འཕེན་པའི་སྒྲིན་ཡོད་དེ་ཟེར་ན་ཡོད་  
 ན་ཡོད་པའི་རྗེས་འགོ་ཉིད་ལྟོག་པ་ལ་མི་འབྲེལ་བས་འགལ་བ་མེད་  
 པས་སྒྲིན་གཉིས་ཀ་མེད་དོ། གཉིས་པ་མཆོན་ཉིད་དུ་འགྲོ་ཚུལ་ལ། དགག་  
 གཞག་གཉིས། དང་པོ། དེས་རུང་མ་དེས་དུ་བ་སྤྱོད་ཚེས་པ་ཤོད་ན་མི་གྲུབ་  
 པས་རྟགས་མིན་ཏེ་བསྐྱབ་བྱ་འབྲུབ་མི་འབྲུབ་ལ་ད་རུང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཕྱིར་པོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། ཚུད་སྤང་གཉིས། དང་པོ། ཚུལ་གསུམ་ཆང་  
 བར་དེས་པ་རྟེན་ན་དེ་རྟགས་ཡིན་ཏེ་དེས་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་།  
 གཉིས་པ། འདྲི་ལ་གཞན་གྱི་སྒྲིན་ཀ་དེས་པར་རྣམ་བཙད་མེད་པ་དང་།  
 དེ་དོན་ཚེས་སུ་མི་འཐད་པ་དང་། ཏུ་ཅང་ཐལ་བ་ལྟ་སྤྱོད་གསུམ་ཀ་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ་མཆོན་གཞི་ངོས་གཟུང་བ་ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ། དང་  
 པོ་ལ། སྤྱོད་ཚེས་སྤང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཁ་ཅིག་ཚུད་གཞིས་

ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ལ་ཡི་དུ་བ་དང་སྒྲིའི་བྱས་པ་ལྟ་བུ་དེ་སྤྱི་དེ་ཁོ་རང་རྟགས་གྱི་  
 མཚན་གཞིར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་ཚུད་གཞིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་  
 ཞེས་པ་བརྟགས་དེ་རྟགས་དེ་ཞེས་འདོད་ཀྱི་སྤྱི་དུ་མི་ལྟན་གཙོད་པ་ཙམ་ཞིག་  
 ཚུད་གཞི་ཞེས་པའི་སྒྲིའི་ཡིས་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡུ་བུ་ཚུད་པ་མེད་དེ་དེ་གྱུར་དེ་  
 འདོད་པ་ཡིན་པས་སོ། །གལ་ཏེ་ཚུད་གཞི་ཉིད་ལས་གཞན་ལ་ལྟན་པ་གཙོད་  
 པ་ཡིན་ན་ནི་རྟགས་དེ་མཐུན་དཔེ་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པས་ཐུན་མིན་དུ་འགྱུར་  
 པ་བསྐྱོག་མི་རུས་སོ། །བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་དང་མི་རྟག་པ་སོགས་གྱུར་དེ་  
 དྲང་འདྲ་སྤྱི་ཚུད་གཞི་དང་མི་ལྟན་པ་གཙོད་ན་འཐད་ཀྱི་གཞན་ལྟོག་ཅོད་  
 ན་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། གཞན་ལྟར་གཞན་སེལ་སྤང་པ་  
 མིན་གྱི་རྟགས་གྱི་མཚན་གཞི་གཞན་སེལ་ཡིན་ཏེ་ཡུལ་དུས་རྒྱུ་པས་བས་ཁྱད་  
 པར་དུ་མ་བྱས་པའི་དུ་བ་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྟོག་རྟགས་སུ་དགོད་བྱ་དང་  
 རོ་བོ་གཅིག་དུ་ཞེན་པ་དེའོ། །གསུམ་པ། འདྲི་ལ་རྟགས་ཀྱི་སྤྱི་མི་སྤྱིད་པ་  
 སོགས་གཞན་གྱི་ལྟན་ཀྱི་བཞི་པོ་གང་ཡང་མེད་དོ། །གསུམ་པ་མཚོན་བྱའི་  
 རབ་དབྱེ་ལ། དབྱེ་བསྐྱེའི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བརྟན། དེ་རྒྱས་བཤད། དེ་དག་  
 གི་འབྲེལ་བ་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་།  
 བྱེ་བྲག་གི་བྱེ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། མཚན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པ་ཡི་གཏན་  
 ཆོགས་ལ་རྟགས་སུ་དགོད་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་སྒྲོས་དུ་  
 མར་འགྱུར་ན་ཡང་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ། དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གཞགས་པས་སྤྱིར་

བ་ཡི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ངོ་བོ་གཅིག་ཐ་དད་ཡོད་ལ་དགག་བྱ་ལ་དེ་མེད་པས་  
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཏེ་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་མཛད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། མ་དམིགས་པ་དང་། རང་བཞིན། འབྲས་བྱ་གསུམ། དང་  
 རོ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། དགག་ཏུགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ངེས་ཚུལ་གསུམ།  
 དང་པོ། མི་དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་དགག་བྱ་འགྲོག་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆོང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། རོ་བོ་མི་དམིགས་པ་དང་། འགལ་བ་དམིགས་  
 པ་གཉིས། དང་པོ། རོ་བོ་མི་དམིགས་པ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། རང་བཞིན་རྒྱ་འབྲས་  
 རྩལ་བྱེད་མི་དམིགས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ། བསྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ།  
 འགལ་བ་དམིགས་པ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། གཉིས་པ་ལ། ལྷན་ཅིག་  
 མི་གནས་འགལ་དམིགས་དང་། ཡན་ཚུན་སྤང་འགལ་དམིགས་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ལ་གཞན་གྱི་གངས་བཀག་པ་དང་། རང་ལུགས་གཞག་པ་གཉིས་  
 དང་པོ་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ཆ་རྟེན་རྒྱ་འབྲས་རང་  
 བཞིན་ཁྱབ་བྱ་སྒྲེ་སྒྲོར་བཞིས་གྲང་རྟེན་གྱི་དེ་བཞི་བཀག་པས་སྒྲོར་བ་བཅུ་  
 སྟུག་གི་གངས་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ། རྒྱ་ཅམ་འབྲེལ་ཏེ་མེ་རྒྱ་བྱས་  
 པ་ཐོགས་མེད་ནི་རྒྱ་དུ་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་མེ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་ཤིང་ཡིན་པས་མེ་  
 མིན་པས་གཞོད་བྱ་ལེགས་མི་བྱས་ཞིང་། གལ་ཏེ་ཐོགས་མེད་མེས་ཁྱད་པར་  
 སུ་བྱེད་ན་མེ་ཉིད་ཡིན་གྱི་རྒྱ་ཏུགས་མི་དགོས་ལ། དེ་རྒྱ་དུ་ཅིག་གི་ལྷོག་པ་  
 ལ་འཛོག་ན་རྒྱ་དུ་ཅིག་རང་ལྷོག་ལ་རྒྱ་མེད་པའི་ལྷོར་ན་ངེས་གང་རྟེན་འགྲོག་

མི་རྒྱུ་པས་སོ། །གཉིས་པ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་གཞུང་ལས་རྒྱུ་གཞག་མང་  
པོ་བཤད་ཀྱང་འདིར་རོ་དྲ་རིའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་འགོག་རྒྱུ་པ་ནི་སྒྲུ་མ་  
བརྒྱ་གཉིས་ཡིན་པར་མཐོང་ངོ། །

གཉིས་པ་སྤང་འགལ་དམིགས་པ་ལ་དངོས་དང་། རྒྱུ་གཞག་གཞན་དེར་  
འདུ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། བརྒྱ་ཚུན་སྤངས་པ་ནི་རྒྱུ་བཅད་ཡོངས་གཙོད་  
ཡིན་པས་དེ་དངོས་ལ་ནི། སྤང་འགལ་དམིགས་པའི་རྟགས་དང་དེས་དགག་  
བྱ་རྟགས་ཅན་གཉིས་གཞི་རྟགས་སུ་འགོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཅིག་དེ་ལ་  
མི་དམིགས་པས་བྱུང་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་སྤང་འགལ་དེ་ཡི་བྱུང་པར་བྱས་པ་  
དམིགས་པ་ནི། བྱུང་བྱེད་འགལ་པ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྲོ་ཆོས་  
ཅན། རྟག་དངོས་ཀྱིས་སྤོང་སྤྱེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། ལྟ་བུ་བྱས་པས་རྟག་པ་  
འགོག་པ་ཡོད་ངོ། །གཉིས་པ། ཆོད་མས་གནོད་པའི་འགལ་པ་སྤྲོས་པས་  
ངེས་པ་འགོག་པ་དང་། སྤྲོས་མེད་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ་ཡང་། བྱུང་  
བྱེད་འགལ་པ་དམིགས་པར་འདུས་ཏེ་ལོགས་སུ་མེད་ངོ། །གསུམ་པ་དགག་  
རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ངེས་ཚུལ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། གཞན་  
གྱིས་དགག་སྒྲུབ་གཉིས་ཀ་ལ་དངོས་པོའི་སྤྲོད་ན་འབྲེལ་པ་ཡོད་པར་འདོད་  
པ་ནི་སྤང་བ་གསུ་ཟློན་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྲོད་ཅིག་ནི། མི་གནས་འགལ་ནི་  
འགལ་སྒྲུ་མེད་པའི་རྟགས་ལོག་པའི་ཆོགས་པས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པར་འདོད་  
པ་ནི་ཆེས་འབྲུལ་ཏེ་རྟགས་མེ་སོགས་ལོག་ཀྱང་རེག་བྱ་བ་དང་སྤྲོ་མས་པ་སྤྲོད་

པའི་ཕྱིར་དང་ཉ་ཅང་ཐལ་བས་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་ངོ་བོ་མི་  
 དམིགས་པ་ནི། འབྲེལ་ཡུལ་ལོག་པས་འབྲེལ་ཆོས་ཉིད་ལོག་པར་ཆད་མས་  
 དེས་པས་བརྒྱུག་འབྲེལ་ཞེས་སྒྲོ་དོར་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་དོན་འབྲེལ་མེད་དོ། །  
 གཉིས་པ། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ལ། མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚྱོད་སྤང་གསུམ།  
 དང་པོ། ཡིན་པ་སྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆད་པ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་སྐྱབ་ཆོས་དང་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་  
 ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡི་ཆ་མཐུན་རྒྱ་ཆོགས་གངས་  
 ཆར་སོགས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་དེ་ཡི་ཁོངས་སུ་བསྟུང་གོས་པ་ཡིན་ཏེ་  
 གཞན་དུ་རིགས་པས་མི་འཐད་པས་སོ། །གསུམ་པ། དུ་རྒྱ་བྱས་པ་སོགས་  
 མེད་ཀྱིས་མི་རྟག་པའི་དུ་བ་བསྐྱབ་པ་སོགས་དེའི་ངོ་བོ་མིན་པས་རྟགས་དེའི་  
 ཁོངས་སུ་མི་འདུ་ཞེན། རྒྱ་རང་སྤྱིང་གི་བྱས་པའི་ཆ་ལ་རྟོགས་ལ་དེ་དང་རྒྱ་  
 ངོ་བོ་གཅིག་ཕྱིར་ཐ་དད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་མི་འགོའོ། །གསུམ་པ། འབྲས་  
 རྟགས་ལ། མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚྱོད་སྤང་གསུམ། དང་པོ། ཡོད་པ་སྐྱབ་  
 ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆད་པ་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་བྱུང་  
 བ་ཡི་འབྲེལ་བ་ལ་བཞག་པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུའི་རྟགས་དངོས་ཡིན་ལ།  
 དེ་དང་ཆ་མཐུན་པ་རྒྱ་སྤྱང་ལས་རྒྱ། རྒྱ་མིག་ཡོ་བས་རྟེན་བརྟན་པ་སོགས་  
 དོན་གཞན་གྱིས་ཕན་འདོགས་ཕྱིར་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུང་བའོ། །  
 གསུམ་པ། རྣམ་མཁའི་དུ་བ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་མེ་སྒྲོན་སོང་ཡིན་པར་ཐལ།

དུ་བོའམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བྱ་གཞི་རྟགས་གཅིག་པས་དེ་བྱུང་མིན་ཟེར་ན།  
 འབྲས་བུ་དེས་རང་དང་ཐ་དད་པ་རང་རྒྱའི་མེ་ཚམ་སྒྲུབ་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་  
 འབྲས་རྟགས་མིན་པའི་སྒྲོན་ལས་གྲོལ་བའོ། །གསུམ་པ་རྟགས་དེ་དག་གི་  
 འབྲེལ་བ་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
 རྟོགས་སྒྲ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་འབྲེལ་  
 རྒྱུ་ལ། བོད་སྒྲ་རབ་པ་ཁ་ཅིག་སྒྱིར་འབྲེལ་བ་ལ་སྒྲ་དགྲུ་ཡོད་ལ། དེ་ལས་  
 གོ་བྱེད་འབྲེལ་བ་བཞི་ཡོད་ཅེས་ཟེར་རོ་ལོ། གཉིས་པ། འདི་ནི་སྒྲ་མོང་གི་  
 རྒྱད་པར་བྱེད་ཆོས་མེད་དུ་བདེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་སོ་གྲི་གོ་ཆོད་པ་དང་། འདིར་  
 འབྲེལ་ཡུལ་གྱི་རྒྱད་པར་བྱེད་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བས་གོ་མི་ཆོད་པ་སོགས་རྣམ་  
 གཞག་འགལ་བ་དང་། གཞུང་གི་དགོངས་པར་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཞུང་  
 ཅན་འབྲེལ་བ་གཉིས་ལས་གཞན་བཀག་པས་སོ། །གཉིས་པ། འཁོད་ཚུལ་  
 རི་ལྷར་ཡང་ཁྱད་པར་བྱ་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡི་རྟོགས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་བྱ་གོ་བ་  
 མིན་ཡང་འབྲེལ་ཡུལ་དངོས་དེ་ཡི་དོ་བོ་སྟེ་བདག་གཅིག་པའམ་དོན་གཞན་  
 རྒྱ་འབྲས་དེ་བྱུང་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བའི་རྟོགས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །  
 བར་སྒྲུབས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་རྟགས་ལྷར་སྒྲུང་ལ། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ།  
 རྟགས་སྒྲ་བཀོད་པ་གང་ཞིག་རྒྱུ་གསུམ་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་ལྷར་སྒྲུང་གི་མཚན་  
 ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། མ་གྲུབ། མ་ངེས། འགལ་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ།

མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཕྱོགས་ལ་རྟགས་དགོད་བྱ་ལྟར་མེད་  
 བ་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཡི་མཆན་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། ཕྱོགས་ཚོས་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཚུལ་ཡང་དོན་ནམ་ཡང་དོན་ལ་གྲུབ་ཀྱང་སྒོ་དོ་ལ་ཕྱོགས་ཡིན་པར་མི་གནས་  
 བ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒོ་ངོར་མ་གྲུབ་པ་གྲུབ་མཐའི་དབང་  
 ཏུ་མོལ་བ་ཕྱོགས་དེ་བཟུམ་མོལ་བ་ནམ་གཉིས་ལ་མ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་སྟགས་  
 རྣམ་གྲངས་དུ་མཁོད་པར་ནམ་པར་བྱེ་སྟེ་བཤད་པར་བྱའོ། །བརྒྱུ་བའི་ཚིགས་  
 ལྷ་བཅད་པ་འོ། །

གཉིས་པ་མ་ངེས་པ་ལ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། མ་ངེས་པ་  
 བྱི་བྱེ་ཚོས་བསྐྱེད་པའི་རྟགས་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ལ། ཐུན་མོང་མིན་པའི་མ་  
 ངེས་པ་དང་། ཐུན་མོང་གི་མ་ངེས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་  
 བ་གཉིས། དང་པོ། ཕྱོགས་ཤེས་འདོད་གཅིག་ཏུ་མིན་པ་གཞན་མཐུན་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་ལ་མ་གྲུབ་པ་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་འོ། །  
 གཉིས་པ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་ཡོད་དེ། ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་དོན་ལ་མེད་ནས་  
 མ་ངེས་པ་གཅིག་དང་། གཉིས་ཀའམ་གང་རུང་དེ་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་ནས་  
 སྒོར་མ་ངེས་པའི་ཚུལ་གསུམ་སྟེ་བཞི་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། མཆན་ཉིད།  
 དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་ལས་གཞན་མཐུན་  
 མི་མཐུན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་འཇུག་པ་ཐུན་མོང་པ་ཡི་མ་ངེས་པ་འོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། སྟེ་བྱེ་བྲག་གཉིས། དང་པོ། དབྱེ་ན་དངོས་ཀྱི་མ་ངེས་པ་དང་ད་

རུང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ལྷག་མ་ལྷན་པའི་ལྷག་ལྷན་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ། དངོས་  
 བྱི་ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་ལ་དོན་ལ་ཡོད་ཅིང་ཡོད་པ་ལྟར་  
 གྲོས་ཀྱང་མཐོང་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་རྒྱ་བཟུང་ན་བསྐྱོག་ཕྱོགས་ཡིན་པ་མི་ཚོད་  
 པའོ། །དེ་ལ་བྱབ་མ་བྱབ་གྱི་དབྱེ་བ་བཞིའོ། །ལྷག་ལྷན་ལ་གཉིས་ཏེ་དང་པོ།  
 ཡུང་དྭག་ལྷག་ལྷན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་གྲོས་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ནི་མཐོང་། མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མ་མཐོང་བའོ། །རྟགས་ཡང་དག་ལྟ་བུར་སྒྲུང་ཡང་དེས་  
 བསྐྱོག་པ་མི་ཚོད་པའོ། །དེ་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་མེད་  
 ཀྱང་མི་འགལ་འགལ་ཡང་མ་དེས་པ་གསུམ་མོ། །ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ནས་  
 རྟགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མཐོང་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མ་མཐོང་བས་གྲོ་ངོར་  
 འགལ་རྟགས་འདྲ་ཡང་བསྐྱོག་པ་མི་ཚོད་པས་འགལ་རྟགས་སུ་ཡང་མ་བཟུང་  
 བ་འགལ་བའི་ལྷག་ལྷན་ཡིན་ཏེ་རྟགས་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་  
 བ་སོགས་གོང་གི་བསྐྱོག་གསུམ་མོ། །གསུམ་པ་འགལ་བ་ལ། མཚན་ཉིད།  
 དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། ཕྱོགས་ལ་རྟགས་གྲུབ་ཅིང་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཡིན་པ་  
 ལས་བསྐྱོག་པས་བྱབ་པ་ཡིན་པར་གྱུར་ན་འགལ་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 རང་ལྷགས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། དབྱེ་བ་གཞན་གྱི་འདོད་ཚུལ་དགག་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ལ། དངོས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོམ་དབྱེ་བ་གཉིས།  
 དང་པོ་ལ། འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། སྒྲུབ་བསྐྱོས་ཏེ་གསུམ་  
 རྒྱ་དབྱེ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་འབྲས་འགལ་ལ་ཚུང་



སྤང་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་མི་དམིགས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱི་གཏུན་  
 ཚིག་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་དབང་དུ་ན་རང་བཞིན་འགལ་དང་འབྲས་སུ་འགལ་བ་  
 རྟེ་འགལ་བ་གཉིས་ཉིད་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་བྱེད་  
 དུ་བྱས་པ་བཀོད་ན་རང་བཞིན་འགལ་དང་། བརྒལ་མ་ཐག་བྱུང་བཀོད་ན་  
 འབྲས་འགལ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ། དེ་ལ་མུ་སྟེགས་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 དེ་འབྲས་འགལ་མིན་ཏེ་ཚོལ་བྱུང་སྤྱོད་པའི་འབྲས་སུ་ཡིན་ནོ་ཟེར། དེ་མི་  
 འཐད་དེ་བཅའ་མ་ཐག་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ན་ཉན་ཤེས་སྤྱོད་པའི་འབྲས་སུ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཡིན་ཏེ་རྟག་པ་ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་འབྲས་སུ་བཅའ་བྱུང་ཡོད་  
 པ་འགལ་བའི་ཕྱིར། །ཁོ་ན་རེ་མི་འགལ་ཏེ། སྤྱོད་པ་ཀྱང་སྤྱོད་བྱེད་གྱིས་སྤྱོད་  
 པས་སོ་སྟམ་ན། རྟེན་གྱིས་པན་གཞོད་ཡོད་ན་མི་རྟག་ལ། རྟག་ན་སྤྱར་  
 བཞིན་རྟེན་གྱིས་ཅིར་ཡང་བྱར་མེད་དོ། །ཁོ་ན་ཁྱོད་གྱིས་སུམ་སོགས་ཀྱང་  
 སྤྱར་མི་སྤྱང་བ་ཕྱིས་སྤྱང་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་འཐད་ཅེ་ན། རེད་གྱི་སུམ་སོགས་  
 བེ་མི་རྟག་པ་འགྱུར་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རྟེན་གྱིས་བསྐྱར་དུ་རུང་བས་ཁྱོད་  
 གྱི་འདྲི་དང་མི་མཚུངས་ཏེ་རྟེན་གསུམ་ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་ཁྱོད་པར་ཅན་  
 ཤེས་པའི་རྒྱར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་ན་ཁོས་ཀྱང་དེ་སྤྱར་འདོད་དོ་ཟེར་ན།  
 རྟེན་གྱིས་བསྐྱར་བ་དེ་འདྲ་ཁྱོད་གྱིས་འདོད་པའི་འགྱུར་མེད་ལ་མི་འཐད་དོ། །  
 གཉིས་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པས་དབྱེ་བ། ཡང་མི་དམིགས་པའི་རྟགས་རང་བཞིན་  
 ལས་ཐ་དང་དུ་བྱེ་ནས་ཡང་དག་གི་རྟགས་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པར་འབྱེད་ན་ནི། རེ་

གསུམ་པོ་གོ་བསྟོག་པའི་འགའ་བ་འདྲ་གསུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ བརྗོད་  
འདོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ། དང་པོ་གཞན་འགའ་ཞིག་  
ཆོས་དྲ་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་འགོག་པའི་དབྱེ་བ་ས་འགའ་བ་  
བཞི་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། ལ་ལ་དངོས་སུ་འགའ་བ་བརྗོད་  
བ་མི་རྟག་པའི་རྒྱ་རྟག་ལྟ་བུ་དང་། ལ་ལ་བརྗོད་པའི་ཕྱག་ས་ཀྱིས་འགའ་བ་  
རྟག་པས་དོན་བྱེད་ལྟ་བུ་དང་། ཚུད་གཞི་ལ་མིག་སྟགས་གཞན་དོན་བྱེད་ལྟ་  
བུ་ཆོས་དྲ་གཞན་དོན་བྱེད་པའི་མིག་སྟགས་ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན་གྱི་འགའ་བ་  
ཞེས་བཞག་པ་ནི་བརྗོད་འདོད་སྟོབས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ཡིན་གྱི་དོན་གྱི་སྒྲུབ་བ་  
ཐ་དད་པ་མིན་ནོ། །གསུམ་པ། འོན་འགའ་བ་བཞིར་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་གཏན་  
ཆོག་ས་ཡང་དག་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་འབྱེད་དགོས་པར་མཚུངས་ཤིང་། དབྱེ་  
ནའང་རུང་མོད་འགའ་བ་ལ། ལྷ་སྟགས་བྱེད་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པ་  
སྟགས་འགའ་བར་སྟོན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ལ། ཡང་དག་ལ་དེ་འདྲ་བའི་ལོག་  
རྟོག་བསྟོག་དགོས་པའི་བྱེད་པ་ཚུད་ཕྱིར་བཏང་སྟོམས་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་དགག་པ་ནི། འོན་གངས་ཅན་པས་མིག་སྟགས་  
ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་བྱེད་དེ། འདུས་ཤིང་བསགས་པའི་ཕྱིར། མལ་སྟན་  
བཞིན་ཞེས་ཁ་ནས་གཞན་དོན་ཞེ་ནས་བདག་དོན་བྱེད་པའི་བདག་གི་བར་  
རྒྱབ་པ་སྟགས་འདིར་མི་འདུའམ་སྟམ་ན། ཞེ་འདོད་དྲ་ནི་རྒྱས་པ་གཉིས་  
པོ་གང་ཡིན་གྱང་རང་འདོད་པ་དེ་བརྒྱབ་བྱ་ཡིན་པ་ཉིད་ཏུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གངས་ཅན་གྱིས་མིག་སྟོན་གཞན་དོན་སྦྱབ་པའི་དག་བཀོད་པའི་འགྲེལ་  
བ་སྟོན་འགྲེལ་བ་གསུམ་པ་འདྲིར་འགྲེལ་རྟགས་ལོགས་སུ་པར་མི་བཞེད་  
དོ། །གསུམ་པ་རྟགས་དེ་དག་གི་དེས་པ་ལ། མཐའ་འཕོག་གི་དེས་པ་དང་།  
དེ་དག་གི་རྒྱས་པ་དེས་པ་གཉིས། དང་པོ། རྟགས་བཀོད་ཚད་ལ་ཡང་དག་  
གཅིག་དང་ལྟར་སྒྲུབ་པོ་དེ་ལས་མང་ཉུང་གི་མཐའ་གཞན་འཕོག་པའི་  
དེས་པ་ཡིས་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་བཞི་རྩ་དེས་ཏེ་ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་མ་གྲུབ་  
གཉིས་ལས་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལ་བསྒྲུབ་བྱ་འགྲུབ་དེས་ཏེ་འཕོག་དེས་ཏེ།  
གཉིས་ཀར་མི་དེས་པ་དང་གསུམ་སྟེ་བཞི་ལས་མང་མི་དཔོན་ཉུང་ན་མི་  
འདྲུབ་པའི་གངས་དེས་གྲུབ་པོ། གཉིས་པ། རྟགས་སུ་བཀོད་པ་བཞི་པོ་ལ།  
རྒྱས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་བཞི་ཡོད་དེ་མ་གྲུབ་པས་ཐེ་ཚོམ་ཡང་སྐྱེད་མི་རྒྱས་མ་དེས་  
པས་ཐེ་ཚོམ་སྐྱེད་འགྲེལ་བས་མི་འདོད་པའི་དེས་པ་དང་། ཡང་དག་གིས་  
འདོད་པའི་དེས་པ་བསྐྱེད་དོ། གཉིས་པ་རྟགས་དེས་རྟོགས་པའི་བསྒྲུབ་བྱ་ལ།  
མཆོད་ཉིད་འཕོད་པ། མཆོད་གཞི་ངོས་གཟུང་བ། ཕྱོགས་ལ་གཞོད་པའི་  
བསལ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། རྣམ་བཅད་ལ་ལྟོས་ཏེ་  
ལྟར་བསྟན། ཡོངས་གཅོད་ལ་ལྟོས་ཏེ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲུབ། དེ་ལ་ཚུད་སྒྲུབ་  
གསུམ། དང་པོ། རྟགས་དེས་བསྒྲུབ་བྱའི་མཆོད་ཉིད་རྣམ་བཅད་ལ་ལྟོས་ནས་  
ཚད་མ་མདོ་ལས་མཆོད་ཉིད་ལྟ་ལྟན་གསུངས་ཏེ། ངོ་པོ་ཞེས་ཚད་མས་གྲུབ་  
ཟིན་ཟིན་པ། བསལ་བ་ཚད་མས་བསལ་ཟིན་ཟིན་པ། དཔག་གཞི་ལ་ནང་

གསེས་གསུམ་སྟེ། རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་བླངས་པ་དང་འདོད་པ་གཉིས།  
དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱབ་བྱེད་སོགས་མི་གཙོད་པས་རྟགས་ཀྱིས་བསྟན་བྱེད་མ་བསྐྱབ་  
བྱུ་ཁོན་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་བྱུབ་བསལ་ཡོད་པ་བསྐྱབ་བྱུ་མིན་ལ། བསྐྱབ་བྱུར་  
ཁས་བླངས་ན་རང་འདོད་པ་དང་བསྐྱབ་བྱུ་ཡིན་ཡང་དོན་གྱིས་ཡིན་གྱི་སྟོ་ལ་  
མ་ངེས་པ་ཡོད་པའི་ཁ་ཆུང་བཅད་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ། བསྐྱབ་བྱུར་འདོད་པ་  
སྟེགས་ཡིན་ནོ་ཞེས་རིགས་པའི་སྟོར་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ། བྱི་མ་འདྲི་ལ་  
སྟོ་བྱར་པའི་རྗེས་དཔག་ལ་མ་བྱུ་ཅེས་དང་སྐབས་སུ་མ་བབས་པའི་དམ་  
བཅའ་ལ་བྱུ་ཆེས་ཞེས་དང་། འོན་རྟགས་ལུང་ཁས་ལེན་དགོས་པ་མཚུངས་  
སོ་ཞེས་པའི་ཚུང་པ་གསུམ་གྱིས་གཞོད་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱུའི་  
མཚན་གཞི་ལ། དགག་གཞག་སྒྲུང་གསུམ་དང་པོ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
བྱུའི་མཚན་གཞི་དངོས་པོ་རང་མཚན་ཁོན་རང་འདོད་པ་འུམ། ལ་ལས་བཏགས་  
པ་ཁོན་ཡིན་ཞེས་དངོས་བཏགས་སྟེ་སྟེ་སྐྱབ་པ་ལུལ་ཉི་དེ་རེ་རེ་མཚན་གཞིར་  
མི་རུང་བས་སོ། །གཉིས་པ། རང་ལུགས་བསྐྱབ་བྱུའི་སྐྱ་ཡི་དོན་ལ་རང་མཚན་  
ཏུ་ལུལ་པ་ཞེན་ངོར་སྐྱ་དོན་མ་སྟེ་པའི་ཚོགས་དོན་ཅམ་བསྐྱབ་བྱུའི་མཚན་  
གཞི་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ། གཞན་སེལ་གྱིས་བབྱུང་བ་འདྲི་ཅམ་ལ་སྐྱ་མི་  
རྟག་ཏུ་བྱུའི་དངོས་པོ་སྐྱབ་པ་དང་སྐྱ་རྟག་སོགས་དངོས་མེད་ཉིད་ཏུ་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པ་ལ་ཚུང་པའི་གོ་སྐབས་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་བསལ་བ་ལ། སྤྱིའི་མཚན་ཉིད། བྱངས་ཀྱི་དབྱེ་བསྟ། སོ་སོའི་

དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་གསུམ། དང་པོ། བསལ་བ་ཡི་མཆན་ཉིད་ནི་དམ་  
བཅས་ཙམ་ན་སྤྲུགས་བསྐྱབ་བྱ་དང་སེལ་ནུས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་བྱུང་བའོ། །  
གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། རྩོད་སྤང་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་རིགས་སྒྲོར་  
བཤད་པའི་བསལ་བའི་དབྱེ་བ་ལྷ་པོ་ཀུན་བཏུས་སུ་བཞི་རུ་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་  
ལ། འདིར་སྤྱི་མའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ནམ་འགྲེལ་ལྟར་བཤད་ན་ཡུལ་གྱི་  
སྒྲོན་ས་རྗེས་དཔག་ལ། རྗེས་དཔག་དང་། རང་ཚིག་དང་། འཛིག་རྟེན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཁས་བླངས་པ་སྟེ་གསུམ་རུ་སྟེ་སྟེ་མངོན་རྗེས་ཀྱི་བསལ་བ་བཞི་རུ་  
གསྐྱུངས། དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཚད་མས་བསལ་བ་དང་རྗེས་དཔག་ཚད་མས་  
བསལ་བ་གཉིས་ནི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཚད་མས་བསལ་བ་ཡིན་པས་དོན་རུ་  
བསལ་བ་གཉིས་ཡིན་ལ་རང་གི་ཁས་བླངས་ཀྱིས་བསལ་བ་དང་འཛིག་རྟེན་  
ལ་གྲགས་པ་ཡིས་བསལ་བ་གཉིས་ཚད་མས་བསལ་བར་སྒྲོ་བཏགས་ཡིན་  
སྟེ་སྤྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་རྗེས་དཔག་གི་ཁོངས་སུ་སྟུང་དོ། །གཉིས་པ། རྩོད་པ་  
དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་འོན་རྗེས་དཔག་ལ་ཟུར་རུ་  
ཁས་བླངས་དང་གྲགས་པ་གཉིས་སུ་སྟེ་བ་བཞིན་རུ་མངོན་སུམ་ལའང་། ཟླ་  
བ་གཉིས་མེད་དོ་ཟེར་བ་དང་། དེ་སྐྱུས་བརྗོད་མི་རུང་ལྟ་བུ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་  
ཁས་བླངས་སོགས་ཀྱིས་བསལ་བ་གཉིས་པོ་འཇུག་ཅི་ན། གཉིས་པ། མི་  
འཇུག་སྟེ་ཁས་བླངས་པས་སེལ་བ་ཉིད་ཚིག་ལས་དཔག་པའི་འབྲས་ཏགས་  
ལས་གཞན་མངོན་སུམ་ཉིད་རུ་རུང་བ་མིན་ལ་གྲགས་པས་མངོན་བསལ་མི་

འཐད་དེ་སྒྲིམ་བརྗོད་དུ་རུང་བ་མངོན་སུམ་གྱིས་མི་འགྲུབ་ཅིང་རང་རིག་གིས་  
གྲུབ་བ་མངོན་སུམ་ཉིད་ཡིན་གྱི་གྲགས་པས་མིན་ནོ། །གསུམ་པ་སོ་སོའི་དོན་  
ལ། མངོན་སུམ། རྗེས་དཔག་ ཡིད་ཆེས། གྲགས་པས་བསལ་བ་བཞི།  
དང་པོ། དེ་ལ་དོན་གང་ཞིག་དྲམ་བཅས་ཙམ་ཉིད་ན་མངོན་སུམ་གྱི་ལྷོད་བ་  
དང་འགྲུལ་བ་སྒྲ་མཉན་བྱ་མིན་ལྟ་བུ་མངོན་སུམ་གྱིས་བསལ་བ་ཡིན་ལ་  
འདི་ཡང་སྤྱར་གྲུབ་པ་སྤྱོད་བཅས་དམ་བཅས་པ་ན་གྲུབ་པ་མི་འགྲུལ་  
ལོ། །གཉིས་པ། ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏམ་ཆོགས་དངོས་པོ་སྟོབས་  
ཞུགས་གྱི་རིགས་པ་དང་། རང་གི་དྲམ་བཅས་པ་འགྲུལ་བར་གྱུར་ན་རྟགས་  
གྱིས་དམ་བཅས་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་སྒྲ་རྟག་གོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་ལྟ་  
བུའོ། །གསུམ་པ་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བ། ཚྱོད་སྤང་གསུམ། དང་པོ།  
རང་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་དྲང་རང་གི་དྲམ་བཅས་པ་འགྲུལ་བ་ན་ཁས་སྤྱངས་  
བསལ་བ་ཡིན། གཉིས་པ་ལ། དབྱེ་ན་སྦྱི་དང་། དབྱེ་བའི་བྱེ་བྲག་བཤད་  
པ། དེ་དང་འགྲུལ་ན་དམ་བཅས་འདིག་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་དབྱེ་  
ན་རིགས་སྒྲོར་ཁས་སྤྱངས་དང་རང་ཆོག་གཉིས་སུ་འདུ་གསུངས་པ་དེ་གཉིས་  
གྱི་ཁྱད་པར་ལ་སྤྱར་བས་པ་གཞན་དག་ཡིད་ཆེས་གྱི་ལྷོད་དྲང་འགྲུལ་བ་དང་།  
ཚོལ་བ་རང་གི་ཆོག་དང་འགྲུལ་བ་ཡིན་ཟེེད། སྟོབ་དཔོན་གྲགས་པ་ནི་སྒྲ་  
བཤོ་རང་གི་རྟག་གི་དབྱེ་བར་བཞེད་དོ། །ཁས་སྤངས་སྤྱི་འགྲུལ་བ་དང་  
རང་ཆོག་དངོས་བུགས་འགྲུལ་བ་གཉིས་པོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་ལུང་རང་ཆོག་

གཉིས་ཀྱི་ཡང་གཞལ་བུའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེས་དཔེ་གཅིག་གིས་བསྟན་རིགས་པའི་སྒོར་ལུང་ལ་དཔེར་བརྗོད་གཞན་  
 ཏུ་གསུངས་པ་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས། ཆོས་ནི་ཆོ་འཕྲིན་ནས་བདེ་བ་སྟེར་བར་བྱེད་  
 པ་མིན་ཅོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ལུང་བྱེད་གཉིས་ཏུ་བཤད་པ་ལ། ལུང་བྱེད་པར་བ་རྗེས་དཔག་ཏུ་འདུ་  
 ཚུལ། ལུང་ལལ་བ་རང་ཆོག་དང་མཚུངས་པ། དེ་དག་གི་མཛུགས་སྐྱབས་བཅས་ལ།  
 དང་པོ། དེ་ལ་ལུང་གང་ཞིག་དབྱེད་ན་གཞལ་བུ་མཛོན་སུམ་དང་སྒྲོག་གྱུར་  
 གཉིས་ལ་མཛོན་རྗེས་གྱི་ཆད་མ་གཉིས་ཀྱིས་མི་གཞོད་ཅིང་གིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་  
 ཏེ་གཉིས་ཀྱི་ཀུན་ལས་མི་རྣམས་པ་བསྐྱལ་བའི་དོན་ལ་ལུང་དེའི་རང་ཆོག་དངོས་  
 རྒྱལ་དང་ཁས་སྐྱབས་ནང་མི་འགལ་བས་ན་རང་ཆོག་གིས་མི་གཞོད་པའི་  
 དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་གསུང་རབ་རྣམས་ནི་དེད་གྱི་འདོད་པའི་ལུང་  
 ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལ་མི་བསྐྱལ་བའི་ཆད་མ་ཡིན་པས་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པར་བསྐྱལ་ཏེ་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ། དེས་ན་རིགས་པས་གྲུབ་  
 པའི་ལུང་རྣམས་ནི་ཆད་མ་ཉིད་ཡིན་ལ་རིགས་པས་མ་གྲུབ་ན། དེ་ཁས་  
 སྐྱབས་ནས་འགལ་བ་ཡང་དམ་བཅའ་སྒྲུབ་པོ་རད་གི་ཆོག་དང་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར། དོན་ཏུ་གཞོད་བྱེད་མིན་ཡང་བསྐྱབས་བྱ་འགྲུབ་པ་ལ་གཤམས་བྱེད་པ་ཅུ་  
 ཉིད་ཏུ་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ། ལུང་ཏུ་གྲགས་ཆད་ཆད་མ་མིན།  
 ཆད་མས་གྲུབ་པ་དེ་ལུང་ཡིན། དང་པོར་ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་ཏུ་ཁས་སྐྱབས་

ནས་ནི་ཕྱིས་དེ་ལ་འཐད་མི་འཐད་དཔྱོད་པ་སྒྲུ། དང་པོ་དཔྱད་ནས་རིགས་  
པས་གང་གྲུབ་པ་དེ་ལུང་རྣམ་དག་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་མཛད་སྤྱོད་ལུགས། དེར་  
སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ས་བཅད་དོ། །

གསུམ་པ་རྩོད་སྤང་ལ། གཞན་གྱི་ལུང་དང་མཚུངས་པའི་རྩོད་པ་དང་།  
གོགས་བྱེད་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་པའི་རྩོད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་རྩོད་  
པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ལུང་གཞན་རིག་བྱེད་ལས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐུག་  
པ་འདག་པར་བཤད་པ་སོགས་དང་འགྲེལ་བཤད་ལུང་འགྲེལ་དེར་འགྱུར་ཏེ་  
ལུང་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ལ། གཉིས་པ། དེ་ལ་ཆུགས་སྤང་མོངས་  
སོགས་ཆོས་མིན་ལ་ཆུགས་བྲལ་དང་སྤང་བྲལ་སོགས་ཆོས་སྤྱི་ཆད་ལྟ་བུ་རྒྱུར་  
འཕེན་པ་མིན་ནམས་འཆད་པ་ཡིན་པས་དེ་ཁས་སྤངས་གཞིར་བཞག་གི་སྤྱིང་  
དུ། འདག་བྱེད་ཁྱེད་དང་འདག་བྱ་ཆུགས་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་པའི་མི་འགྲེལ་  
བས་པན་ཚུན་སེལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་མི་འཐད་དེ་ཆོས་ཡིན་མིན་མི་མཐུན་པས་  
སོ། །དེ་ལྟའི་གཞུང་རྣམས་རང་ཆོག་འགྲེལ་བཅན་ཡིན་པས་ལུང་མ་ཡིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། གལ་ཏེ་རང་ཆོག་  
དང་འགྲེལ་བ་དང་བསྐྱར་བཅོས་ཀྱི་དོན་དང་འགྲེལ་བའི་གོགས་ལས་བསྐྱབ་  
བྱལ་ཐེ་ཆོས་ཅམ་སྤྱེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ད་རུང་བསྐྱབ་བྱ་རང་སྒྲིན་མེད་དུ་གནས་  
པ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་འཐད་པ་མིན་ཞེས། གཉིས་པ། དེ་སྤྱོད་ས་  
སུ་མི་རུང་སྤྱོད་གང་གིས་ན་བསྐྱབ་བྱ་འགྲུབ་པ་ལ་ཆོག་པན་ཚུན་གྱི་གོགས་ཀྱིས་



ཐེ་ཆོས་བསྐྱེད་པ་ཡི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་བྱའི་སྒོན་དུ་སོང་བ་མིན་ཡང་གོགས་ཀྱི་  
 དབང་གིས་ཆོག་དེས་བསྐྱེད་བྱ་མི་འབྲུབ་པའི་སྒོ་ནས་སྒོན་དུ་འདོག་པ་ཡིན་  
 རོ། །གསུམ་པ་ཡིད་ཆེས་དང་འགལ་ན་དམ་བཅའ་འདིག་ཚུལ། དེ་ལྟ་ན་  
 དེ་དང་འགལ་ན་དམ་བཅའ་འདིག་སྟེ་དམ་བཅུས་བས་ནི་རང་གི་གང་འདོད་  
 བའི་དོན་གྱི་བསམ་པ་ཤོན་ལ། རང་ཆོག་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འགལ་བ་  
 གཞི་གཅིག་ལ་འདུས་ན་ཅི་རེན་པའི་ཞོ་ལྟར་དམ་བཅའ་དེ་འདིག་གོ། དེས་  
 ན་གཞན་དོན་དུ་དང་པོར་ཁས་ལེན་ཚུལ་སོགས་སྒྲིའི་བརྗོད་པ་སྒོན་ཅན་གྱིས་  
 ཅོད་པའི་སྐབས་སུ་རང་མཐུ་པ་ཡི་ཀླན་ཀ་དག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་སྤང་བར་  
 བྱའོ། །བཞི་པ་གྲགས་བསལ་ལ། མཆན་ཉིད། དེའི་རང་བཞིན་དེས་པར་བྱ་  
 བ་གཉིས། དང་པོ། དམ་བཅུས་ཉིད་ན་འདིག་རྟེན་གྱི་ཚུལ་དང་འགལ་བ་  
 བྱི་གྲགས་བསལ་བསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་རོ། །གཉིས་པ་ལ། སྐྱས་བརྗོད་  
 རུང་མདོར་བསྟན། དེའི་ཚུལ་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ། ལུ་སྟེགས་བརྗོད་  
 སྟེད་པ་དག་སྒྲོད་ན་ལ་དདོས་འབྲེལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་སྤང་བརྗོད་བྱ་རྗོད་  
 བྱེད་བརྟག་པར་བཀག་ཟེན་ཅིང་། གཞན་སེལ་གྱི་སྐབས་སུ་སྐྱ་བམས་ཅད་  
 བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡང་བསྐྱབས་ཟེན་དེས་ན་གྲགས་པ་འདྲ་  
 ཡོད་པར་འབྲུབ་པོ། གཉིས་པ་ལ། མདོའི་ཆོག་གཉིས་དགོངས་པ་བྱེ་སྟེ་  
 བཤད་པ། དེ་དག་གི་དགོངས་པ་དབྱེད་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཆོས་  
 ཀླན་སྐྱས་བརྗོད་མི་རུང་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡོད་པའི་ཚུལ། སྐབ་བྱེད་མེད་པའི་

ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞན་གྱིས་བརྟག་པ་དགག་རང་གིས་འཐད་པ་  
 བརྟེན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྟོགས་སྒྲ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་  
 པོ། གཞན་བརྟེན་པ་དག་ན་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་རྟགས་གྱིས་རི་  
 བོད་ཅན་ཆོས་ཅན་དུ་བརྟེན་ནས་དེ་སྒྲ་པ་ཞེས་པའི་སྒྲས་བརྟེན་རུང་ཡིན་པ་  
 འགོག་པ་ལ། གཉིས་པ་ལ། ཐུན་མོང་མིན་པའི་མ་དེས་པར་འགྱུར་ཚུལ།  
 འགལ་པར་འགྱུར་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡོད་རྟགས་འདྲི་ལ་དཔེ་མེད་པས་  
 ཐུན་མིན་ཡིན་པས་སྒྲ་བ་བྱེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་གང་ཡོད་པ་ནམས་ལ་འདོད་རྒྱལ་  
 གི་སྒྲ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་བརྟེན་དུ་རུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ། སྒྲ་ཡི་དོན་གྱི་  
 རྟོག་སྒྲིལ་ལུས་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པོ་ཅོག་ལ། སྒྲ་བར་བརྟེན་རུང་ཕྱིར་གང་  
 ཆོག་དེ་འགལ་པ་ཡིན་པོ། །གཉིས་པ། འཐད་པ་བརྟེན་པ་ལ། བརྟེན་དུ་  
 རུང་པའི་གཤམ་པ་དང་། སྒྲ་བྱུང་གི་གཤམ་པ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་  
 བརྟེན་རུང་གི་གཤམ་པ་ངོས་གཟུང་། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པར་བསྒྲུབ།  
 དེ་ལ་ཚུད་སྤང་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་འདིག་རྟེན་ན་ཚུལ་ལུགས་ལ་སྦྱོད་  
 པའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་པ་བརྟེན་རུང་གི་དོན་དེ་ཉིད་གཤམ་པ་ཞེས་བྱ་པ་ཡིན་པར་  
 སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ། གཤམ་པ་དེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སྦྱར་དུ་རུང་ཕྱིར་གཤམ་པ་ས་ཀུན་ལ་བྱུང་པོ། །གསུམ་པ་ལ། ཚུད་  
 པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་སྤང་ཡོངས་སྤུམ་གཤམ་པ་ལ་གཤམ་  
 པའི་སྒྲ་སྦྱར་པ་བུམ་མོགས་ལ་སྒྲ་བ་ལྟར་འདིག་རྟེན་པ་དང་འགལ་ཞེན།

གཉིས་པ། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་དེ་ལྟར་གྲགས་སུ་རུང་བ་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲ་མཛད་  
 པ་ཡིན་གྱི་གྲགས་ཟིན་པ་མིན་ཏེ་དངོས་སུ་མི་འཛོད་ཀྱང་འཛོད་ནུས་ལ་འཛོད་  
 པ་ཞེས་བདག་པ་བ་ཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྒྲ་བྱུང་གི་གྲགས་པ་ལ། དེ་གསུངས་  
 པའི་དགོས་པ་དང་། དེ་རྗེས་དབག་ཏུ་འདུ་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། གྲགས་  
 སུ་རུང་བ་ཙམ་ཞིག་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ན་ཡང་མིང་གི་བརྟན་དྲུང་དེ་ཡང་  
 བདག་དགས་པའི་བརྟན་འདོད་ལ་བརྟན་པའི་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་གང་ཡང་  
 རུང་བ་རྟོག་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་གཅིག་བྱུང་ན་ནི་དེས་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟོན་རུང་  
 གི་གྲགས་པ་བྱུང་པོ་ཞེས་རྒྱུ་བྱེད་ཡོད་པར་བརྟན་པའི་བྱིར་དུ་སྒྲ་ལས་བྱུང་  
 པའི་གྲགས་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ། རི་པོང་ཅན་སྒྲ་སྒྲས་བརྟོན་  
 རུང་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་པའི་རྗེས་དབག་གིས་འབྱུང་བ་ས་རྗེས་དབག་གི་  
 ཡུལ་ལ་འགྲེལ་བ་ཡིན་ན་ནི་མི་འབྱུང་བའི་རྗེས་དབག་འཛིག་པ་མི་མྱོད་ནོ། །  
 གཉིས་པ་སྒྲུབ་བྱེད་མེད་ཚུལ་ལ། དངོས་དང་། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་ཡུགས་  
 དག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། གྲགས་པ་རྗེས་དབག་ལས་ཡུལ་ཐ་དད་པར་  
 བསྒྲུབ། དེས་ན་བདག་སྟོད་པའི་རྟགས་མ་དེས་པར་འབྱུང་ཚུལ་གཉིས། དང་  
 པོ། གྲགས་པ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་བསྐྱེད་ན་ནི། རྗེས་དབག་བཞིན་  
 དུ་བྱས་མི་རྟག་ལྟར་རམ། མེད་ལྟར་རང་རང་གི་ཡུལ་ཁོན་ལ་དེས་པར་  
 འབྱུང་བ་ཞིག་ན། དེ་ལྟ་མིན་པར་བརྟོན་འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་སྒྱུར་བ་ལ་  
 སྒྲ་རྣམས་ཡུལ་གྲང་ལ་འདྲ་འཇུག་པ་སྒྲས་ཞིག་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་འཇུག་

པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་དེས་ན་ཆོས་ཀུན་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་ཡི་གྲགས་པ་དེ་  
 བོ་ཡུལ་འདིར་མི་འཇུག་ཅེས་བརྗོད་པའི་ཚུལ་ལ་ཡོད་མོགས་རྟགས་ཀུན་ལ་  
 རྒྱ་རྒྱས་བརྗོད་མི་རུང་གི་དབུ་གཞན་རྟེན་དཀྱའ་བུས་གཏན་ཆོགས་དེ་འདྲ་  
 བཞི་ཐུན་མོང་ཉིད་མིན་པས་དཔེར་ན་རྒྱ་ལ་མཉན་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། གཞན་གྱིས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མཆོགས་  
 ཚུལ། རང་གིས་རི་བཞིན་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱལ་པོས་འདིར་རང་  
 སྡེ་འབྲེལ་བྱེད་པ་དག་གིས་རྒྱ་བ་གཅིག་ལས་མེད་པས་རི་པོར་ཅན་རྒྱ་བར་  
 བརྒྱབ་རྟགས་ཐུན་མིན་རྟོགས་ཆེད། གང་ལ་ཐུན་མིན་སོགས། སྟོབ་དཔོན་  
 གྱིས་གསུངས་ཟེར། དེ་མི་འཤད་དེ། གྲགས་རུང་གི་སྦྱི་མཆོན་འཆད་པའི་  
 རྒྱལ་པོས་པས་རི་པོར་ཅན་ལ་དཔེར་མཛད་ནས་དེ་ཡི་ཚུལ་རི་འདྲ་བར་  
 ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་བརྗོད་རུང་གིས་བྱུང་བར་བརྟན་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་མིན་ཏེ།  
 ད་ཀྱིས་ཤིང་ཞེས་པའི་རྒྱས་བརྗོད་རུང་མིན་སོགས་ལ་འདྲ་གྲགས་པས་གཞོད་  
 པ་མཚུངས་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་རྟེན་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཉིས་  
 པ་ལ། རྒྱ་རྒྱ་ཐུན་མོང་པར་བརྒྱབ། དེ་དངོས་པོ་སྟོབས་སུ་གྱུར་པ། བརྗོད་  
 རུང་འགོག་ན་གྲགས་བསལ་འབབ་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ། སྟོས་སྟོར་ལས་  
 ག་ལུར་དང་ནི་བཅུད་ལོན་ལས་དཔུལ་ཚུ་སོགས་ལ་འདྲ་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ནི་རི་པོར་  
 ཅན་ལས་གཞན་དེ་དག་ཏུ་འདྲ་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་དཔེར་བྱས་ནས་བསྐལ་ཟེར་  
 ཅན་ལ་འདྲ་རྒྱ་བ་ཞེས་བརྗོད་ཏུ་རུང་བར་རྒྱུབ་པ་ཐུན་མོང་གི་རྟགས་སུ་གསུངས་

ཀྱི་ཐུན་མིན་དུ་ག་ལ་འབྱུང་། གཉིས་པ། བཟླ་འདོད་ཀྱི་བརྟ་གཅིག་ལ་  
 འཇུག་ཡུལ་རྣམས་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པས་ན་བརྟ་དེ་ཡུལ་གཅིག་ལ་བྱུང་ན་  
 གཞན་ཀྱན་ལ་འདྲ་འབྱུང་བ་འདྲི་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཡིན་ནོ། །བཟླ་  
 འདོད་ཀྱི་གྲགས་པ་འགོག་ན་ཁྱེད་ཀྱི་རི་པོར་ཅན་སྟགས་སུ་འདོད་བའང་  
 འཇིག་གོ། །གསུམ་པ། དེས་ན་རྒྱུ་མཆན་ཅན་སྐྱབས་ལ་བྱེད་སྟགས་དབྱང་  
 ན་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་མི་སྲིད་ཀྱང་དེའི་རྩ་བ་བཟླ་པར་འདོད་པས་སྐྱར་  
 བའི་བརྟ་ལྷ་བ་ལྟ་བུ་སྟགས་ཡུལ་ཀྱན་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་བཞིན་དུ་བཟླ་རུང་  
 འགོག་ན་དེ་བཟླ་རུ་རུང་བར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་ཤིང་བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་  
 གཞོད་པས་གྲགས་པ་དག་དང་འགྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །གཉིས་  
 པ་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་དབྱང་བ་ལས། གཞན་ཡུགས་དག་གི། རང་ཡུགས་  
 གཞན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བརྟ་དང་ཐ་སྟོན་ཀྱི་གྲགས་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་  
 པ། དངོས་དང་ཞེན་བའི་བཟླ་རུང་གི་གྲགས་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ།  
 མདོའི་བཤད་ཚུལ་གཉིས་དངོས་ཞེན་དུ་འཆད་པ་དག་གི་པ་གསུམ། དང་པོ་  
 ལ། ཚུགས་སྐྱ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། པོད་ལ་ལ་གྲགས་པ་ལ་མིང་གི་  
 རྣམ་པ་ཅམ་བརྟ་ཡི་གྲགས་པ་དྲང་དོན་ལྟོག་ངེས་པ་ལ་སྐྱོ་སྐྱོས་ཞེན་རུང་ཐ་  
 སྟོན་ཀྱི་གྲགས་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། གཉིས་པ། མི་འཐད་དེ་  
 མཆན་བྱ་ལ་ཐ་སྟོན་དུ་བྱེད་ན་འདྲི་ཡི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་དོན་མིན་ལ་ཐ་  
 སྟོན་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དེ་འདྲ་བ་དོན་ལྟོག་ལ་སྐྱོ་སྐྱོས་འབྱུལ་བའི་ཞེན་རུང་སྐྱར་

བཀྲ་ག་ཟེན་ཏོ། །གཉིས་པ་ལ། བྱུགས་སྒྲ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ།  
ཡང་བོད་ཁ་ཅིག་དངོས་སུ་བརྗོད་རུང་དོན་སྤྱི་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་རུང་དངོས་  
པོ་སྟེ་དག་གི་བརྒྱ་ཡི་གས་པ་གཉིས་ཞེས་ཟེར། གཉིས་པ། རྣམ་པར་  
བྱེས་ཏེ་འཆད་ན་གཉིས་སུ་དབྱེ་རྒྱ་ཡོད་མོད་ཀྱི་བར་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་ན་རྣམ་  
དབྱེ་མེད་པར་འཇུག་གོ། །གསུམ་པ། དེས་ན་མདོ་ཡི་བཤད་ཚུལ་རྣམ་པ་  
གཉིས་པོ་དེ་དངོས་དང་ཞེན་པར་སྦྱར་ནས་འཆད་པ་འབྲུག་ཏེ་དགོངས་པ་མ་  
ལོན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་བརྟན་  
པ་དང་། དེ་ལྟར་ཤེས་པའི་དགོས་པ་བརྟན། དང་པོ། དེས་ན་མདོ་ཡི་བཤད་  
ཚུལ། སྒྲ་མས་སྒྲ་བྱུང་གས་པ་ལ། གཞོད་བྱེད་ཀྱི་རྗེས་དཔག་མེད་པར་  
དགག་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་སྟོན་པའི་བྱིར་ཏེ་དེ་ཆད་མས་མི་ཞིགས་པ་འུམ། ཡང་  
ན་དེ་ལ་འགྲེལ་སྒྲ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཆད་མ་མེད་པ་དེས་ན་གས་པའི་རྗེས་  
དཔག་གཞལ་བྱ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དེས་བྱིར་བརྗོད་རུང་མི་འདོད་པ་ལ་གས་  
པའི་གཞོད་བྱེད་སྟོན་པའི་ཆད་ཡིན་ལ་བཤད་ཚུལ་བྱི་མ་གས་པའི་རྗེས་  
དཔག་ལས་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་ཡུལ་ཐ་དད་དེ་སྒྲ་མའི་ཡུལ་དངོས་མེད་  
དང་བྱི་མའི་ཡུལ་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་བརྟན་པ་དག་གི་ཆད་  
ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་མདོའི་རྗེས་དཔག་མེད་ཅེས་པས་སྦྱབ་བྱེད་མེད་ལ་གས་  
པས་གཞོད་བྱེད་ཡོད་ཅེས་སོ། །གཉིས་པ། དེ་ལྟར་གཞན་སེལ་གྱི་སྟོན་ས་  
བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ཤེས་ན་གས་པ་ཡི་བསལ་པ་མཁས་པའི་དགོངས་པ་

རི་ལྟ་བ་བཞིན་འགྲུབ་པོ། །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་དང་དོན་རྗེས་  
དབག་བརྟག་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་བ་སྟེ་བརྩ་བའོ། །

གཉིས་པ་གཞན་དོན་རྗེས་དབག་ལ། མཆོན་ཉིད། རྗེས་དབག་སྒྲུབ་པའི་  
གང་ཟག་ཚུད་པའི་དག་གི་དབྱེ་བ་གསུམ། དང་པོ། གཞན་དོན་རྗེས་དབག་  
ཚོལ་བ་དང་ཉིད་ཀྱིས་མཐོང་བ་ཡི་དོན་རྟགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་  
དག་གོ། །གཉིས་པ་ལ། སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད། རྒྱལ་པམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དེ་  
ལ་དབང་པོས་རི་ལྟར་སྒྲུབ་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ་རྒྱལ་དང་ཕྱིར་རྒྱལ་དབང་  
པོ་གསུམ། སྒྲུབ་བྱེད་བརྗོད་པར་ཁས་ལེན་བ་དང་སྟན་འཕྱིན་བརྗོད་པར་  
དང་རྒྱལ་པམ་གྱི་བརྟན་སྟོན་པར་ཁས་ལེན་པའོ། །གཉིས་པ། ཚོལ་བ་དང་  
ཕྱིར་རྒྱལ་བ་གཉིས་ལ་སྟོན་ཅན་བརྗོད་པ་དང་། སྟོན་མེད་ཡོན་ཏན་ཅན་  
བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་ཆར་གཙོད་བ་དང་རྗེས་འཛིན་འཇུག་ལ་དེ་  
ལྟར་སྟོན་ཡོན་ཕྱེན་སྟོན་རྣམས་རྒྱལ་པམ་ཡོད་དེ་མིན་རྣམས་པམ་གཉིས་ཀྱི་  
མིན་པར་གསུངས། བརྟན་ཚབས་དང་བསྒྲུབྱེད་གཡོ་སྒྲུས་ཆར་གཙོད་ཀྱང་  
དེས་གྲུབ་མཐའ་བསྐྱེད་མི་རུས་པས་དེ་འདྲ་བ་ལ་རྒྱལ་པམ་མི་བཞེད་དོ། །  
གསུམ་པ་དབང་པོས་རི་ལྟར་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ། སྤྱི་བྱེད་གཉིས། དང་པོ།  
འཛིག་རྟེན་དང་། ཆོས་ལུགས་གཉིས། དང་པོ། རི་ལྟར་ནོར་སོགས་འཕྲོག་  
པ་དང་གོ་འཕང་སོགས་སྤྱིན་པས་འཛིག་རྟེན་པ་དག་གིས་ཆར་གཙོད་བ་དང་  
རྗེས་འཛིན་འཛོད་དོ། །གཉིས་པ། གྲུབ་མཐའ་བྱེད་དོན་བྱེད་པ་ལ། དམ་

པས་ནོར་བ་ཚར་གཅད་པ་དང་བདེན་པ་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ཡིན་པར་འདོད་  
 རོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ལ། འཐད་པ་བརྗོད་པ་དང་།  
 འབྲུལ་བ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཚར་གཅད་ནི་ཚོལ་བ་གཉིས་ལས་དབྱེ་  
 བའི་བཞི་རྩ་གངས་ངེས་པ་སྟེ་ཚོལ་བས་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་ཡན་  
 ལག་མེན་པ་བརྗོད་པ་གཉིས། བྱིར་ཚོལ་བས་སྐྱོན་མེན་བརྗོད་པ་སྐྱོན་མི་བརྗོད་  
 པ་གཉིས་སོ། །དེ་དག་ནི་རྟེན་གསུམ་པ་མཁྱེན་པ་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། གངས་ཅན་པའི་ལྷགས་དང་། རྒྱུ་མེད་གྱི་ལྷགས་  
 དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ལྷགས་དེ་བརྗོད་པ་དང་། དགག་པ་གཉིས།  
 དང་པོ། དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ལྷགས་ནི་འདི་ལྟར་ཚོལ་བ་ལ་ནི་དྲིས་ན་མི་  
 བརྗོད་པ་སྟགས་གསུམ། སྐྱོན་མི་སྤང་སྟགས་གསུམ་སྟེ་གསུམ་ཚན་གཉིས་  
 ཉེ་དུག། བྱིར་ཚོལ་ལ་ཡང་འདྲི་ཚེ་མི་འདྲི་བ་སྟགས་གསུམ། སྐྱོན་མི་བརྗོད་  
 སྟགས་གསུམ་སྟེ་གསུམ་གཉིས་དུག། །དཔང་པོ་ལ་ཤན་མི་འབྱེད་པ་སྟགས་  
 གསུམ་ཐུན་མོང་ཀྱན་ལ་རྩ་བ་མི་གཏོད་པ་གཅིག་སྟེ་མདོར་ན་གངས་ཅན་པ་  
 རྩམས་བཅུ་དུག་འདོད་དོ། །གཉིས་པ། དེ་མི་འཐད་དེ་ཚོལ་བ་གཉིས་སོ་  
 སོའི་སྐྱོན་གྱིས་ཚར་གཅད་འོས་པ་ཡིན་ན་སྐྱུ་མ་བཞི་པོར་འདུས། དེར་འདུས་  
 པ་ཞིག་མེན་ན་ནི་ཚར་གཅད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །དཔང་པོ་ལ་  
 ནི་ཚར་གཅད་མེད་དེ་དེ་དབང་པོར་འོས་པ་ཞིག་མེན་ན་དབང་པོར་མི་རུང་  
 ལ་ཡིན་ན་དེ་ལ་འང་ཚར་གཅད་པ་ཅི་ནས་བྱེད་ན་ཉུང་ཐུང་ཉེ་དེ་ཚར་གཅད་



བྱེད་ཡིན་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། ཐུགས་སྒྲ་བརྗོད། དེ་ལས་འབྲུལ་བའི་ཆ་  
 དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། བྱི་རོལ་བའི་ལུགས་ལ། དམ་བཅའ་ལ་གཞིན་  
 དམ་བཅའ་གཞན། །དམ་བཅའ་འགྲེལ་དང་དམ་བཅའ་སེལ། །གཏུན་  
 ཚིགས་གཞན་དང་དོན་གཞན་དང་། །དོན་མེད་པ་དང་དོན་མི་ཤེས། །དོན་  
 གཤམ་དུས་ལ་མ་བཟང་དང་། །མ་ཆད་ལྷག་དང་ཡང་བརྗོད་དང་། །རྗེས་སྒྲ་  
 མི་སྒྲ་མི་ཤེས་དང་། །སྒྲིབས་པ་མེད་དང་ནམ་གཡེད་དང་། །འདོད་པ་ལས་  
 ལེན་བཀལ་བརྟག་འདོར། །རྗེས་སྒྲ་སྒྲིབ་མེད་ལ་སྒྲིབ་དང་། །བྱུང་མཐུན་  
 ཉམས་དང་རྟགས་ལྟར་སྒྲིབ། །བྱུང་པ་རྒྱུ་མིག་གིས་བཤད་པའི། །ཆར་  
 གཅད་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཡིན། །གཉིས་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ། རྒྱས་པར་བྱེ་  
 རྟེན་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་གྲགས་པ་ཡིས། །དེའི་  
 ཆ་འགྲེལ་ཞིག་ཆར་གཅད་མིན་པར་བཤད། །ཆར་གཅད་ཡིན་ན་གཉིས་པོར་  
 སྒྲིབ་རུང་རྟེན་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། སྒྲ་མ་ཉེར་གཅིག་པོ་ཆར་གཅད་ཡིན་  
 མིན་སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། ལྷག་ཆོད་སྒྲིབ་ཏེ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ།  
 དེ་ཡང་འདི་ལྟར་དང་པོ་དམ་བཅའ་ལ་གཞིན་ཆར་གཅད་ནི། སྒྲིབ་པའི་ཡན་  
 ལག་མིན་པ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ན་ཆར་གཅད་ཡིན་མྱིར་དེར་འདུའོ། །དམ་  
 བཅའ་གཞན་པའི་ཆར་གཅད་ནི། སྒྲིབ་འབྱེད་ཤེས་ན་རྟགས་དེ་མ་དེས་  
 འདུས། དམ་བཅའ་རྟགས་དཔེ་ཆད་མ་རང་ཚིག་སོགས་འགལ་བ་ནི་དམ་  
 བཅའ་བརྗོད་ན་ལྷག་པའི་སྒྲིབ། མ་བརྗོད་རྟགས་ཀྱི་སྒྲིབ་འགལ་མ་དེས་མ་

ཐུབ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཏུ་འབྱུང་། ཏུགས་ལ་སྒྲིན་མེད་ཚར་གཅད་ཏུ་འཐད་  
 པ་མིན་ནོ། །དུམ་བཅའ་སེལ་བཤེས་མྱེད་གྱི་མ་དེས་པར་འདུས་པས་ཚར་  
 བཅད་ཟེན་པས་འདིར་དུམ་བཅའ་བཏང་བའི་ཚར་གཅད་ཅེས་ཡང་ཚར་གཅད་  
 གཉིས་པ་དོན་མེད་ཡིན་ཏེ་དགོས་ན་མི་སྒྲིབ་བ་དང་འབྲེས་པའི་ཚར་གཅད་  
 མོགས་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཐལ་ཡོ། །གཏན་ཆོགས་གཞན་པ་དག་ཚོ་གསུམ་ན། མ་  
 དེས་པ་ཡིན་ལ་ལན་གྱི་སྒྲིབ་སེལ་མི་སྒྲིབ་ན་དུང་དག་ཆོག་མ་ཚོ་གསུམ་པོ་པའི་  
 དེ་ཞིག་དག་ཚོ་གསུམ་པའི་བར་ཏུ་ཚར་གཅད་མིན། དོན་གཞན་པའི་ཚར་གཅད་  
 ཅེས་པ་དེ་བཏག་ན་རྒྱུ་པ་དག་གིས་གཏན་ཆོགས་མ་དེས་པ་བརྗོད་པས།  
 ཚར་གཅད་བྱ་ཡིན་ལ་ཕྱིར་རྒྱུ་ཆོལ་གྱིས་སྒྲིན་མིན་པ། བརྗོད་པའི་སྒྲིན་སེལ་ཚར་  
 གཅད་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིན་སེལ་ཚར་གཅད་ཐོབ་པ་མིན་ནོ། །  
 དོན་མེད་པ་ནི་རྒྱུ་པ་པའི། ཡན་ལུག་མིན་པ་བརྗོད་པ་ལས་གཞན་མིན་ནོ། །  
 དོན་མི་ཤེས་པ་དོན་མེད་འདྲ། རྒྱུ་པའི་ཡན་ལུག་མིན་པར་འདུས་ཏེ་དེས་  
 བསྐྱུབ་བྱ་མི་འབྱུང་པས་སོ། །དོན་ལྡན་པའི་སྒྲིབ་ལན་གསུམ་བརྗོད་ཀྱང་མ་  
 གོ་ན་ཕྱིར་རྒྱུ་ཆོལ་གྱིས་མ་ཚོ་གསུམ་པས་དེ་ཚར་མི་གཅད་པར་རྒྱུ་པ་ཚར་གཅད་  
 པར་ཤིགས་པ་མིན་ནོ། །དོན་བྲལ་ཞེས་པ་བསྒྲིན་ཆོག་མ་འབྲེལ་པ། གཏོལ་  
 མེད་སྒྲིབ་བ་དེ་ནི་དུམ་བཅའི་རྒྱུ་པ་ཕྱེད་མིན་པས་རྒྱུ་པའི་ཡན་ལུག་མིན་པར་  
 འདུས་གྱི་ལོགས་སུ་བྱེ་བ་མི་འཐད་དོ། །དུས་ལ་མ་བུ་བ་བ་ན་དག་གོ་དེམ་  
 བསྒྲིག་ཀྱང་རུང་དག་དེ་ལས་དོན་གོ་ན་ཚར་གཅད་མིན་ཏེ་གང་ལྟར་བརྗོད་

ཀྱང་མི་འགལ་བས་སོ། །དོན་མི་གོ་ན་དེས་བསྐྱབ་བྱ་མི་འགྲུབ་པས་སྐྱབ་པ་  
 ཡི་ཡན་ལུག་མིན་པ་བརྟུན་པར་འདུས་སོ། །མ་ཚད་བ་ཞེས་བ་ལ་སྦྱོར་བ་  
 ཡན་ལུག་གཉིས་པའི་དག་གང་རུང་མ་ཚད་ན་སྦྱོན་ཡིན་གྱི་ཁྱོད་ལྟར་ལྟ་བུའི་  
 དམ་བཅའ་མེད་སོགས་ཏེ་མཇུག་སྟུང་ཉེར་སྦྱོར་མེད་ཀྱང་མི་དགོས་པས་ཚད་  
 གཅད་མིན་ནོ། །ལྷག་བརྟུན་ནི་སྐྱབ་དག་དེས་ཅན་འདོད་པ་དེད་གྱི་ལྷགས་  
 ལ་དེ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པ་བརྟུན་པར་འདུས་གྱི། ཁྱེད་གྱི་ལྷགས་ལ་ཚད་གཅད་  
 མིན་པར་འཐད་དེ་ཁྱོད་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས་གྱི་དག་སྦྱོན་མིན་པར་འདོད་  
 པས་སོ། །ཡང་བརྟུན་པ་ནི་སྐྱོ་སྦྱོས་ཀྱང་དོན་མི་སྦྱོས་པ་ཁྱོད་དགའ་ན་ང་  
 དགའ་ཟ་ན་ཟ་སྟེ་སྦྱོན་མ་ཡིན་ལ། དོན་སྦྱོས་ན་སྦྱིམ་དོན་མེད་པས་སྐྱབ་  
 བྱེད་མིན་པར་འདུས། དེ་ཡང་སྐྱབ་པའི་དག་འགོད་པ་ལ་ཡིན་གྱི་དོན་གོ་  
 བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་སྐྱུ་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ལ་ཚུད་པའི་  
 སྐབས་འདི་ཡང་སྦྱོན་མིན་ནོ། །རྗེས་སུ་མི་སྐྱབ་པ་ནི་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས། ཚོལ་  
 བའི་ཁ་ནས་སྐྱས་ཚད་གྱི་དག་ཀྱན་དང་པོར་བརྟུན་དགོས་དེས་མེད་པས་དེ་  
 མ་བརྟུན་པ་སྦྱོན་མིན་ལ་དགོས་དེས་པ་སུན་འབྱེན་མ་བརྟུན་ན་ཕྱིར་ཚོལ་  
 ཁོར་བསྐྱོབས་པ་མེད་པའི་ནད་དུ་འདུས་སོ། །གལ་ཏེ་དེས་པར་བརྟུན་དགོས་  
 བ་སྒྲ་སྒྲིའི་སྐད་སོགས་མི་ཤེས་པས་བརྟུན་ཀྱང་ལན་མི་ཤེས་པ་ཚད་གཅད་  
 ཡིན་ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་ནས་ཁྱེད་ཀྱང་ཚད་གཅད་དེར་འགྱུར་བར་སྒྲ་མོད་ཅེས་  
 སོ། །རྟེན་པ་གཅིག་འདི་འགྲེལ་ཚིག་ཅུ་བར་གོར་བའོ། །

དོན་མི་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ཕྱིར་རྒྱུ་ནི། དོན་མ་ཤེས་ན་ལན་ལ་སྒྲོབས་པ་མེད་  
 ལས་གཞན་དུ་མིན། མི་སྒྲོབས་པ་ནི་རྒྱུ་ལ་བས་མ་སྒྲོབས་ན་སྒྲུབ་པའི་ཡན་ལག་  
 མི་བརྟེན་པ་འདྲམ། ཕྱིར་རྒྱུ་ལ་གྱིས་མ་སྒྲོབས་ན་སྒྲུབ་མི་བརྟེན་པའི་ཁོངས་སྒྲུ་  
 འདུས། རྣམ་གཡེད་ལ་བདག་ན་འཇུག་ནས་ལན་ལྟོན་ནི་ཞེས་སོགས་དངོས་  
 གནས་དྲང་པོ་ཡིན་ན་ནི་ཆོད་གཅད་མིན་ལ། གཡོན་ཅན་ནི་ལན་མ་ཐེབ་  
 པའི་སྒྲོབས་པ་མེད་པར་འདུས། འདོད་པ་ཁས་ལེན་པ་ལ་རྟགས་མ་དེས་  
 པར་སྟོན་ཆེད་ཤེས་ནས་ལན་དེ་བཏང་བ་དང་མི་ཤེས་པར་རྟགས་ཁས་བྲལ་ས་  
 བས་སྟོན་དེ་གཞན་ལ་སྒྱུར་བ་གཉིས་སྒྲུ་ཡོད་པ་དེ་དག་དེམ་བཞིན་དང་པོ་  
 པ་རོལ་པོའི་སྒྲུས་པའི་རྟགས་མ་དེས་པར་སྟོན་པའི་པ་རོལ་གྱི་སྟོན་ཡིན་ལ།  
 གཉིས་པ་ལན་འདེབས་པ་པོའི་རྟགས་སྟོན་ཅན་ལ་སྟོན་མི་བརྟེན་པའི་ཆོད་  
 བཅད་ཡིན་ནོ། །བརྒྱལ་བ་རྟག་འདོད་པ་ནི་རྒྱུ་ལ་གཉིས་སྒྲུ་ཡིན་ཡང་སྟོན་  
 ཅན་ལ་བརྒྱལ་བ་རྟག་མ་རྣམས་པས་སྒྲོབས་པ་མེད་པའི་ནད་དུ་འདུས། སྟོན་  
 རེས་སྒྲུ་སྟོར་མེད་ལ་སྟོན་ལྟར་སྒྲུར་སྟོར་པ་འདང་སྟན་འཕྱིན་ལྟར་སྒྲུར་བརྟེན་  
 པ་པོ་སྒྲོབས་པ་མེད་པ་ལས་གཞན་མིན། རང་གི་གྲུབ་མཐུན་ཉམས་པ་ནི་  
 སྒྲུབ་པ་ཡི་ཡན་ལག་མི་བརྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། མདོར་བསྟན།  
 རྒྱས་བཤད། དེ་ལྟར་སྒྲོ་བའི་དགོས་པ་གསུམ། དང་པོ། གཏུན་ཆེགས་ལྟར་  
 སྒྲུར་འགོད་པའི་རྒྱུ་ལ་ཆོད་གཅད་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འཆད་འཁྱུར་  
 གྱི་གཏུན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུར་བ་ལྟག་ཆོད་བརྟེན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།

ཀྱན་བརྟམ་སྤྱ་གསུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་བཅུ་བཞི། རིགས་སྒྲོར་གསུངས་པའི་  
 ལྷག་ཆོད་བཅུ་བཞད། དེ་ཉིད་བཞི་བཀའ་ཟིན་པས་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་བཏང་  
 སྒྲུམས་མཛད་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ། དེ་ལ་ལྷག་ཆོད་གང་ཞེན། སྤྲད་དྲང་  
 མ་སྤྲད་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་གཏུན་ཆོག་ས་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་  
 དང་། ཏྲག་ས་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། མ་སྒྲུབ་པ་དང་མཆུངས་པའི་  
 ལྷག་ཆོད་དང་། མ་སྒྲུབ་པ་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། འབྲས་བུ་  
 མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། ཆོས་མཐུན་པ་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་  
 དང་། མི་མཐུན་པ་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། རྣམ་རྟོག་མཆུངས་པའི་  
 ལྷག་ཆོད་དང་། བྱད་པར་མེད་པར་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། དམིགས་  
 པ་དང་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། ཐེ་ཆོམ་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་།  
 རྟོན་གྱིས་གོ་བར་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དང་། ཐལ་འགྱུར་དང་མཆུངས་  
 པའི་ལྷག་ཆོད་དེ་བཅུ་བཞི་པོ་རྣམས་ཀྱན་ལས་བརྟམ་སྤྱ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ། རིགས་བརྟག་ལས། འཕྲེལ་བ་དང་མཆུངས་པའི། འགྲིབ་པ་  
 དང་མཆུངས་པའི། བརྗོད་པ་དང་མཆུངས་པའི། མ་བརྗོད་པ་དང་མཆུངས་  
 པའི། རིགས་པ་དང་མཆུངས་པ་དང་ནི་སོ་སོའི་དཔེ་མཆུངས་པའི། བསྐྱབ་  
 བུ་མཆུངས་པའི། མི་རྟག་པ་མཆུངས་པའི། རབ་བྱེད་དང་མཆུངས་པའི།  
 དུས་འདས་མཆུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་བཅུ་དང་ནི། གསུམ་པ། བརྗོམ་པའི་ཉི་  
 རྩ་རྩ་བཞི་ཕྱོགས་སྤང་གིས་བཀའ་ཕྱིར་གསུམ་པས་བཏང་སྒྲུམས་མཛད་དོ། །

གསུམ་པ། ལྷག་ཆོད་འདི་དག་མ་གྲེས་ན། གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་འཆད་པ་  
ཡི། རྩོགས་སྒྲ་པལ་ཆེར་མི་རྟོགས་པ་ས། རྩོགས་ཅམ་བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་ཡིན།  
བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་དོ། །

གསུམ་པ་ཅོད་དག་ལ། གང་ཟག་དགོས་པ། བརྗོད་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ།  
དང་པོ། ཆོལ་བ་གཉིས་དང་དབང་པོ་སྟེ། གང་ཟག་གསུམ་ལ་རང་རང་  
གི་ལས་སྒྲ་འོས་པ་བརྗོད་ཚུལ་དུག་ཡོད་དེ་ཆོལ་བས་དམ་བཅའ་འཛིག་དེ་  
ལ་སྟོན་སྤང་གཉིས། ཕྱིར་ཆོལ་གྱིས་འདོད་པ་དྲི། སྟོན་བརྗོད་ཀྱི་དག་གཉིས།  
དབང་པོས་རྗེས་སྒྲ་བརྗོད། རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་དག་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ།  
རྒྱབ་པ་དང་། སུན་འཕྱིན་གཉིས། དང་པོ་ལ། བརྗོད་ཚུལ་ཡང་དག་དང་།  
ལྟར་སྤང་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཆོན་ཉིད། དག་འགོད་ཚུལ། དེ་ལྟར་བཀོད་  
པའི་འབྲས་བུ་གསུམ། དང་པོ། ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་རྒྱབ་བྱེད་སྟོན་པ་  
རྒྱབ་པའི་དག་ཡང་དག་གི་མཆོན་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རྒྱ་རབས་པའི་  
ལུགས་དག་ག་ ཆད་མ་བྱི་རབས་པའི་ལུགས་གཞག་པ་གཉིས། དང་པོ།  
གངས་ཅན་པ་སོགས་རྒྱ་རབས་པ་དག་མེ་ཡོད་དེ། དུབ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཆང་  
མང་བཞིན། ལ་ལ་འད་དུ་བ་ཡོད་པས། མེ་ཡོད་ཅིས་ཡན་ལག་ལྷ་ལྷན་འདོད་  
ལ། དེ་ལྷ་འུ་པམ་དམ་བཅའ། རྟགས། དཔེ། ཉེར་སྦྱོར། མཇུག་སྦྱོར་  
ལྷར་བརྟགས་ཏེ། ཡན་ལག་ལྷ་ལྷ་དམ་བཅའ་དྲང་། ཉེར་སྦྱོར་མཇུག་སྦྱོར་  
གསུམ་པོ་ལྷག་སྟེ། དེ་གསུམ་པོ་དོན་སྟོན་པས་དེ་ལྟར་སྦྱར་བ་དོན་མེད་པ་

དང་། བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ་ལྟ་བུ་སྤྱི་བྱབ་སྟོན་པའི་དག་མ་ཚང་ཕྱིར་དག་  
 སྟོར་འདི་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། གཞན་ལུགས་དག་སྟོན་ཅན་དག་ག་  
 རང་ལུགས་སྟོན་མེད་གཞག་པ། དེ་ལ་ཚུད་སྒྲང་གསུམ། དང་པོ། དེས་ན་  
 བྱབ་པ་དང་ཕྱོགས་ཚོས་སྒྲུབ་པ་ཚུད་དག་ཡང་དག་ནི་ཡན་ལག་གཉིས་ལྟན་  
 ཏེ། དཔེར་ན། གང་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ། དཔེར་ན་བུམ་པ་བཞིན།  
 སྒྲ་ཡང་བྱས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡན་ལག་གཉིས་ལྟན་དེ་ལ་འདྲ་གསུམ་པ་སྒྲུར་  
 བས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་དང་། ལྟ་བུ་སྒྲུར་བས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེན་ཚིག་  
 དེའི་རྣམ་པས་དམ་བཅའ་འདྲན་པའི་དག་ཏུ་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་  
 མ་བརྟུན་ན། དག་མ་རྫོགས་ཕྱིར་དོན་གྱིས་གོ་ན་ཡང་། བྱས་པའི་ཕྱིར་ཅི་  
 ཞེས་དྲི་དགོས་འགྱུར་ཏེ། ཟན་ཟ་བར་གོ་ཡང་ཟ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྟུན་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེས་ན་བྱས་སོ་ཞེས་རྫོགས་ཚིག་སྒྲུར་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ།  
 སྟོན་པོ་ལ་དག་སྟོར་འགོད་ཚུལ་དང་། མཐས་པ་ལ་འགོད་ཚུལ་གཉིས།  
 དང་པོ། སྟོན་པོ་ལ་ནི་ཚིག་ཏུ་ལ་དོན་ཚང་བའམ་རྒྱས་པ་སྒྲུར། ཕྱོགས་  
 ཚོས་དང་བྱབ་པ་གཉིས་པོ་སྤྱི་གང་ལྟར་བརྟུན་ཀྱང་དོན་ལ་ཁྱད་པར་མེད་  
 མོད་གང་སྟོན་ཏུ་བརྟུན་ཀྱང་ཅིག་གོས་མཐའ་རྟེན་ཏུ་བརྟུན་དེ་དོན་ཏུ་དེ་གཉིས་  
 རྫོགས་པའི་ཚིག་ཏུ་སྒྲུར་དགོས་སོ། །དེ་ལ་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་སྟོན་པའི་ཚོས་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དག་རྗེས་འགོ་འམ་མི་རྟག་པའི་ན་བྱས་པ་མིན་པས་  
 བྱབ་པ་བརྟུན་པ་ཚོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དག་ལྟོག་བྱབ་པ་བརྟུན་པ་གཉིས་

མཐུ་གང་རུང་རེས་འབུམ་སོ། །གཉིས་པ། བྱེད་འབྲེལ་ཚད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
རེས་ཟེན་མ་བརྟེན་པའི་མཁས་པ་ལ་ནི་གཏན་ཚིགས་ཉིད་བརྟེན་པས་ཀྱང་  
གྲུབ་པོ། །གསུམ་པ། འོ་ན་ཀུན་ལས་བརྟེན་གྱི་ཕྱོགས་ཚོས་དང་ནི་འབྲེལ་  
བ་དང་། བརྟེན་བྱ་བརྟེན་བྱ་གཞན་ནམས་སྤང་ཞེས་པའི་འབྲེལ་བ་དང་བརྟེན་  
བྱའི་བར་གྱི་ཚིག་བརྟེན་པ། དང་གི་དོན་ཅན་ལྷན་དབྱེར་བཤད་ནས་ཕྱོགས་  
བྱེད་བརྟེན་བྱ་གསུམ་གྱི་བརྟེན་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་འགྲེལ་ཞེས་ཟེར་  
ཡང་ཕྱོགས་ཚོས་དང་འབྲེལ་བས་བརྟེན་བྱ་བརྟེན་ཅེས་ནམ་དབྱེ་གསུམ་པ་  
བརྟེན་པ་དེ་ཡི་སྟོབས་བྱའི། བརྟེན་པ་ཡིན་ཕྱིར་འགྲེལ་བ་མེད་དོ། །གསུམ་  
པ་བརྟེན་པ་དག་གི་འབས་ལ། རྟེན་པ་དག་གི་བྱེད་པའམ་འབས་ལྷ་པ་རོལ་པ་རྟེན་  
དཔག་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟེན་པ་དག་ལྟར་སྤང་ལ། མཚན་ཉིད།  
དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། རྟེན་བྱེད་ཀྱི་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ། བཀོད་པ་  
ཐམས་ཅད་རྟེན་པ་ལྟར་སྤང་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཚུལ་གསུམ་མཚན་པ་  
བཀོད་པ་དོན་སྟོན་ཅན་དང་ཚད་ཡང་ཚད་མས་རེས་མ་རྟེན་པ་སྟོ་སྟོན་ཅན་  
དང་རེས་ཀྱང་བརྟེན་མ་གཤམ་པས་སྟོན་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིས་རྟེན་  
བྱེད་ལྟར་སྤང་དེ་ཡང་ནམ་པ་གསུམ་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་སྟན་འཕྱིན་ལ།  
ཡང་དག་ལྟར་སྤང་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་  
པོ། སྟོན་ལ་སྟོན་དུ་བརྟེན་པའི་སྟོན་ལས་ལྷག་དོན་མེད་པ་སྟན་འཕྱིན་ཡང་  
དག་གི་མཚན་ཉིད། གཉིས་པ། མཚན་ཉིད། གཏན་ཚིགས། བརྟེན་བྱའི་



སྒྲོན་ཏེ་ཡུལ་སྒྲོན་ཅན་གསུམ་སུན་འབྲིན་པ་དང་དོན་སྒྲོ་སྒྲོན་ཅན་གྱི་དོ་བོ་  
 གསུམ་ལ་བརྟེན་ཚུལ་རྣམ་མ་དང་ཐལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་དབྱེ་བས་སུན་འབྲིན་  
 རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །གཉིས་པ་སུན་འབྲིན་ལྟར་སྒྲུང་ལ། མཚན་ཉིད། དབྱེ་  
 བ་གཉིས། དང་པོ། སུན་འབྲིན་ལྟར་སྒྲུང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲོན་ལ་སྒྲོན་མི་  
 བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། དབྱེ་བ་ལ། དགག་གཞག་གཉིས། དང་པོ། ལྟར་སྒྲུང་  
 དེ་ལ་སྒྲུ་སྒྲེགས་བྱེད་དང་བོད་འགྲའ་ཞིག་ཚར་བཅད་ཉེར་གཉིས་དང་ལྟག་  
 ཚོད་འགྲའ་ཞིག་གི་གངས་དང་། དོན་སྒྲོ་སྒྲོན་སྒྲོན་སྒྲོགས་གྲངས་དེས་སྒྲུ་ཚོགས་  
 བྱེད་མོད་དེ་མི་འཐད་དེ། དེར་མ་འདུས་པ་ཡོད་པས་སོ། །གཉིས་པ། དེས་  
 བ་སྒྲི་རིགས་བསྐྱུས་ན། སྒྲོན་མི་བརྟེན་དང་སྒྲོན་མིན་བརྟེན། གཉིས་ཡིན་  
 དབྱེ་བ་བསྐྱུས་མི་བྱུང་སྟེ། སྒྲེ་བོའི་ལོག་རྟོག་མཐའ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 གསུམ་པ་བརྟེན་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ། བསྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ། བརྟེན་  
 པའི་ཚུལ་ལ་རང་རྒྱུད་དྲུང་། ཐལ་འགྱུར་གཉིས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ།  
 རང་རྒྱུད་བཤད་ཟིན་པར་བསྟན། ཐལ་འགྱུར་སྐབས་འདིར་བཤད་པ་གཉིས།  
 དང་པོ། རང་རྒྱུད་ནི་སྒྲུབ་པ་ཡང་དག་ཡིན་པས། རང་དོན་རྗེས་དཔག་ཏུ་  
 བཤད་ཟིན་ལ། གཉིས་པའང་། ཐལ་བའི་རྣམ་གཞག་དང་། དེ་ལ་ལན་  
 འདེབས་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ལ་དགག་གཞག་སྒྲུང་གསུམ། དང་པོ་ལ།  
 ཕྱོགས་སྒྲུང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བསྟན་བཤད་གཉིས།  
 དང་པོ། ཐལ་འགྱུར་ལ་རྟག་བྱུང་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཀྱི་མུ་བཞི་ལས་ཁས་སྒྲུང་

དང་ཚད་མས་ཐུབ་བསལ་ལ་ལྟོས་ཏེ་བརྩ་བཞི་དབྱེ་བ་ཡོད་ཞེས་གྲངས་ཅན་  
 དེ་དག་དེ་ལྟར་འདོད་ཅིང་། གཉིས་པ། བརྩ་བཞི་པོ་དེ་ལ་ལན་གྱིས་བསྒྲིག་  
 དུ་ལྟོས་དང་མི་ལྟོས་ལས། ཡང་དྲག་ལྟར་སྒྲུབ་བརྩན་བརྩན་ཡིན། དུག་  
 དྲང་ཐུང་གྱིས་མི་འཕེན་ལ། བརྩན་པའི་ཐུང་གྱིས་འཕེན་ཞེས་ཟེར་ཏེ། སྒྲ་  
 མི་རྟག་པར་ཐལ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་དེས་ཆོས་ཅན་གཞི་ཐུབ་པ་སྒྲུ་ལྟ་བུ་  
 ལ་བསྒྲིག་ན་རང་རྒྱུད་དུ་འགྱུར་བས་སྒྲུབ་བྱེད་འཕེན་ལ། རོན་དམ་པའི་སྒྲ་  
 ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན་དུ་བཞག་ན་ཆོས་ཅན་གཞི་མ་ཐུབ་པས་སྒྲུབ་བྱེད་མི་འཕེན་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། རྩ་བའི་དབྱེ་གཞི་མི་འཐད་བ་དང་། ཡན་ལག་  
 གི་བརྩ་བཞིར་དབྱེ་བ་མི་འཐད་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། ཐལ་འགྱུར་གྱི་དབྱེ་བ་  
 དེ་ལྟ་བུ་མི་འཐད་དེ། ཐལ་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟར་དབྱེ་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་  
 མཚུངས་ཕྱིར་དྲང་། རྟགས་མེད་ན་ཁྱབ་པ་ཐུབ་མ་ཐུབ་དབྱེད་པ་སྒྲིག་ཆད་  
 པ་ལ་དབང་པོ་ཡོད་མེད་དབྱེད་པ་ལྟར་འགལ་བའི་ཕྱིར་དྲང་། གཉིས་ཀ་དང་  
 ཅིག་གོས་ཐུབ་མ་ཐུབ་སྟགས་འབྱེད་ན་ལྟག་ཆོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟར་ཐུང་ཐུབ་  
 མ་ཐུབ་སྟགས་སྟེ་དགོས་པས་ཁྱེད་ཀྱི་གྲངས་འདིར་ཡང་དེས་པ་མི་རུང་ཕྱིར་  
 བ་དང་པོ་རྩ་བའི་ཐལ་འགྱུར་བཞིར་དབྱེ་བ་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ། མ་  
 ཐུབ་གཉིས་སྟེ་ཐུང་པ་རྟགས་ཁྱབ་གཉིས་ཀ་མ་ཐུབ་པ་དེ་ཡི་ཕྱི་མ་རྟགས་མ་  
 ཐུབ་པ་ལས་ལྟགས་སྟེ་མེད་པས་ལྟག་ཅིང་སྒྲ་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའི་  
 འགལ་བའི་ཐལ་འགྱུར་ལྟར་སྒྲུབ་ཆད་དེ་མཚང་བ་དང་། རྟགས་ཤེས་འདོད་

ལ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ལ་བྱུང་བ་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་དོན་དུ་འབྱུང་བ། དེས་ན་ཐལ་  
 འགྱུར་བཅུ་བཞི་རུ་གྲངས་དབྱེ་བ་འདི་འཐད་པ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་  
 ལུགས་ལ། ཐལ་འགྱུར་ཡང་དག་དང་། ལྷར་སྒྲུང་གཉིས། དང་པོ་ལ། མཆན་  
 ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། སྤྱོད་པ་ལྷ་ལས་སྒྲུང་ས་  
 གྱི་རྟགས་དེ་རྟགས་སུ་བརྗོད་ནས་མི་འདོད་སྐྱབ་པ་ཐལ་འགྱུར་ཡང་དག་  
 གི་མཆན་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ། སྐྱབ་བྱེད་འཕེན། མི་འཕེན། དེ་དག་གི་  
 དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། མཆན་ཉིད། བརྗོད་ནས་སྐྱབ་  
 དག་ཏུ་འགྱུར་བའི་འཐད་པ། ཐལ་བའི་དག་ལས་རང་རྒྱུད་འཕེན་ཚུལ་གསུམ།  
 དང་པོ། སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་ནི་དངོས་སུ་ཐལ་བ་འཕང་བས་  
 བརྗོད་ནས་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྟགས་ཕྱིར་ཕྱོད་ཀྱིས་བདེན་  
 ཞེན་གྱིས་ལས་ལེན་པ་སོགས་ཆོས་གསུམ་ལྟ་ནི་ཞིག་དགོས་སོ། །གཉིས་པ།  
 དངོས་སུ་རྟགས་ཆང་མས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པའི་དག་མིན་ཡང་བརྗོད་  
 ན་ཚུལ་གསུམ་སྐྱབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཡོད་དོ། །གསུམ་པ་ལ། དགག་གཞག་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ། སྤྱོད་པ་སྒྲུང་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། རང་  
 རྒྱུད་འཕེན་ཚུལ་ལ། གཞན་ཁ་ཅིག་ཐལ་བའི་ཆོས་བརྗོད་པས། སྐྱབ་པའི་  
 དག་ཉིད་ཆང་བར་འཕེན་ཞེས་ཟེར་གྲུང་དོ། །གཉིས་པ། དེ་མི་འཐད་དེ་  
 ཐལ་བའི་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་བར་མ་ཟད་སྤྱོད་པ་ཆོས་ཀྱང་འཕེན་ན་  
 སྐྱབ་པ་འདི་གཤིག་གོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་ན་ཐལ་བའི་དག་ལས་རང་

རྒྱུད་གྱི། རྟོན་འཕེན་གྱི་རི་ལྗང་བསྐྱོག་བཞེན་དུ་འཕེན་པ་མིན་ནོ། །གཉིས་  
 བ་སྐྱབ་བྱེད་མི་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་གྱི་མཚན་ཉིད། ཡང་དྲག་པའི་ཐལ་  
 བ་གང་ཞིག་བསྐྱོག་ན་རང་རྒྱུད་མི་འཕེན་པའོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དཔེར་  
 བརྗོད་ལ། རྒྱབ་བྱེད་འཕེན་མི་འཕེན་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། བྱེ་བྲག་  
 འཕེན་པའི་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱབ་བྱེད་འཕེན་མི་འཕེན་གཉིས་གྱི་  
 དབྱེ་བའི་དཔེ་གང་ཞེན། རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུ་དང་ཁྱབ་བྱེད་གྱི་ནང་  
 ཚན་མཚན་ཉིད་དེ། མི་དམིགས་གསུམ་གྱིས་རྒྱབ་བྱེད་མི་འཕེན་ལ་དེ་ཡི་  
 ལྗང་མ་ཡང་དྲག་གཏན་ཚིགས་ཀྱང་། རྒྱབ་བྱེད་འཕེན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ། དེ་ལ་འད་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས་བསྐྱོག་པས་སྐྱུར་པས་རང་གི་རིགས་  
 འཕེན་པ་བཞི། རང་མིན་པ་གཞན་གྱི་རིགས་འཕེན་པ་བཅུ་དྲུག་ཡོད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ཐལ་འགྱུར་ལྟར་སྒྲུབ་གི་མཚན་ཉིད། བ་རོལ་པོས་འདྲོད་པ་བརྗོད་  
 པ་ལ་མི་འདྲོད་པ་རྒྱབ་པ་མེད་པའོ། །གསུམ་པ་ཐལ་པས་ལ་ཚུད་སྒྲུབ་ལ།  
 ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས། དང་པོ། ལུ་སྟེགས་བྱེད་ན་མེ། གལ་ཏེ་ཁས་བླངས་  
 གྱི་རྟགས་འདི་བསྐྱབ་བྱ་འགྱུར་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན་ནི། འབྲས་རང་  
 མ་དམིགས་གསུམ་དུ་མ་འདུས་པའི་ཁས་བླངས་གྱི་རྟགས་ཞེས་གཏན་ཚིགས་  
 བཞི་པ་མིན་པར་འགྱུར། ཁས་བླངས་འདི་གཏན་ཚིགས་སམ་རྟགས་སུ་མི་  
 རུང་ན། འདི་རྟགས་སུ་བཀོད་ནས་ཐལ་བས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱབ་པ་མི་འཐད་ཡོ། །  
 གཉིས་པ། ཁས་བླང་དེ་དོན་གྱི་གཏན་ཚིགས་མིན་ཡང་རུང་གཞན་གྱིས་ཀྱང་།

ཏུ་བཏགས་པ་ཏེ་རི་ལྟར་འདོད་ཅིང་ཁས་སྒྲུབ་བ་དེ་ལ་ཁོ་རང་གིས་འདོད་པའི་  
 ཏགས་ཏགས་སུ་བཀོད་པའི་ཐལ་བས་དེ་ཡི་ངོར་དེ་ལྟར་བསྒྲུབ་པ་ལ་སྒྲིན་  
 ཡོད་པ་མིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཐལ་འགྱུར་དེ་ལ་ལན་འདེབས་ཚུལ་ལ། དགག་  
 གཞག་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཕྱོགས་སྒྲུབ་དང་། དགག་པ་གཉིས། དང་པོ། ཐལ་  
 འགྱུར་ལན་ནི་ཏགས་མ་གྲུབ་བྱུང་བ་མེད་འདོད་ཐོགས་ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་གིས་  
 འདེབས་སོ་ཞེས་ཁ་བ་ཅན་པ་དེ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ། གཉིས་པ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་  
 འགྲལ་བ་དང་བྱུང་བ་མ་དེས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀའང་བྱུང་བ་  
 མེད་པར་འདུ་བས་སོ། །དེ་འདོད་དོ་ཟེར་ན། འོན་ཏེ་ཏགས་ལྟར་སྒྲུབ་ཡང་  
 ཏགས་མ་གྲུབ་དང་བྱུང་བ་མེད་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་ལ། དེ་མཐར་གཏུན་  
 ཚེགས་ལྟར་སྒྲུབ་ཀྱན་གྱི་ལན་ཐམས་ཅད་མ་གྲུབ་ཅིས་པ་གཅིག་ཏུ་འདུ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ་གཏུན་ཚེགས་ལྟར་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་བསྒྲུབ་བྱ་མི་འགྲུབ་པར་མཚུངས་  
 པས་སོ། །དེ་མི་བདེ་སྟེ་ཏགས་བྱུང་གང་གྲུབ་མི་ཤེས་པས་ཏགས་དང་བྱུང་  
 བ་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་དགོས་སོ་ཟེར་ན་བྱུང་བ་ལའང་འགྲལ་མ་དེས་  
 སོ་སོར་གོ་ཆེད་ལན་གཉིས་དགོས་པ་མཚུངས་སོ། །སྒྲིན་གཞན་ཡང་ན་ཏགས་  
 འགྲལ་བ་ལ་མ་བྱུང་ཅིས་པའི་ལན་དེ་འབྲུལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིན་ཏགས་པར་  
 སྒྲུབ་བྱེད་དུ་ཤེས་བྱ་བཀོད་པ་ལ་མ་བྱུང་བ་ལྟར་བྱས་པ་བཀོད་པའང་མ་དེས་  
 པ་ཅམ་ལས་ཏགས་པའི་སྟེང་དུ་ཡོད་པ་གཅོད་མི་རུས་པས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་  
 ཡོད་པ་ལན་གྱིས་བྱགས་ལ་ཁས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སོ། །གཉིས་པ་རང་ལུགས། དེས་

ན་མཁུམ་པས་ཐལ་འགྱུར་ལན། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་བཞི་ཡི་གངས་དང་  
མཚུངས་པར་ཡང་དག་ལ་འདོད་དང་ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་སོ་སོར་རང་ལན་ཏེ་  
བཞེས་གད་བོ། །ལན་གྱིས་བསྐྱོག་པར་མི་རྣམས་པའི་རིགས་པ་ཡང་དག་  
ཡིན་ན། ལམོན་འཛིན་དང་ཐབས་ཀྱིས་མི་བཤོལ་བར་ཚད་མས་གྲུབ་པ་དེ་  
ཡི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བའི་རིགས་པ་ཁས་ལེན་ཅིང་དྲང་ཞིང་སྒྱུ་མེད་པ་དམ་པའི་  
ཚུལ་ལུགས་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་རྗེས་དཔག་གི་མཇུག་བསྟུ། དེ་ལྟར་འཐད་  
ཕྱོགས་སྟུབ་པ་དང་མི་འཐད་པའི་ཕྱོགས་སྟན་འབྱེན་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པའི་གཞུང་  
ལུགས་དེ་མ་མེད་པ་དག་གང་ཟག་གང་གིས་ཤེས་པར་གྱུར་པའི་མཁུམ་པ་  
དེ་ནི་རྫོགས་པ་ཡི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྣམས་པར་དག་པ་གཞན་  
དྲིང་མི་འཛིག་པའི་སྒོ་བོས་ཀྱིས་འཛིན་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །ཚད་མ་  
རིགས་པའི་གཏེར་ལས་གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བདག་པའི་རབ་ཏུ་  
བྱེད་པ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ། །

གསུམ་པ་མཇུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱ་བ་ལ། ཚུམ་པ་པོ་གང་གིས་བརྒྱམས།  
དགོས་པ་གང་གི་བྱེད་བརྒྱམས། དེ་ལྟར་ཚུམ་པའི་དགོ་བ་བསྟོ་བ་གསུམ།  
དང་པོ་ལ། ཚུམ་པ་པོ་སྟེས་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་འཕགས་ཚུལ་དང་། སྦྱར་བྱུང་  
གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བྱུང་པར་འཕགས་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། གང་གིས་ཚུམ་པ་  
པོའི་རང་བཞིན་ཤེས་རབ་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། སྟེ་བ་གོང་མ་དང་དེའི་ཡང་གོང་  
མའི་སྟེ་བ་སོགས་སྟེ་བ་སྟེ་མ་རྣམས་སུ་བརྩོན་པས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གཞུང་

ལུགས་ལ་མཁས་པ་དག་བརྟེན་ཅིང་དེ་ཡང་གཅིག་ཙམ་དུ་མ་ཟད་མཁས་པ་  
 གཞན་དུ་མ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཚིག་དང་དོན་གྱི་རྒྱལ་མཐའ་  
 དག་སྟོན་སྤྲད་ཅིན་པས། ཞེས་དུས་དང་བཙོན་པ་སྐྱོན་ཆུང་བ་མིན་པར་  
 སྟོན་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་དེས་ཆེ་འདྲིར་ལན་དེ་ཙམ་དང་ལན་ཟུང་དེ་ཕྱི་པ་ཙམ་  
 གྱིན་གཞུང་ལུགས་ཀྱན་གྱི་ཚིག་དང་དོན་གྱི་ཆ་མ་ལུས་པ་བདེ་བླག་ཏུ་ཤེས་  
 རུས་པའི་སྟོང་དང་ལྟན་པ་ཀྱན་དགའ་རྒྱལ་མཆན་དཔལ་བཟང་པོ་བདག་གིས་  
 ཞེས་སོ། །གཉིས་པ། ལས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
 བ་དཔལ་ཕྱོགས་སྤྲད་དང་ཆོས་གྱི་གཤམ་པའི་གཞུང་མདོ་དང་རྣམ་འགྲེལ་  
 དང་དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་གཞན་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལེགས་པར་རྟོགས་  
 ཤིང་ཞེས་སྟོར་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་བསྟན་ནས་དེའི་ཕྱིར་རྟོག་གིའི་རིགས་ལམ་  
 གྱི་གནད་གསང་མཐོར་བའི་རྒྱལ་ཤེས་ནས་ཡང་དགའ་བའི་རིགས་པ་མཆོག་  
 གི་ལམ་གསལ་བའི་བསྟན་བཅས་རིགས་པའི་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་འདྲི་བསྒྲུབས་  
 པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། ལོག་པར་སྒྲུབ་ཆར་གཅོད་པ་དང་།  
 ལེགས་པར་འདོད་པ་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་དགོས་པ་གཉིས། དང་པོ། ཐུབ་  
 པ་སྟེར་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་འཛིན་གྲངས་ཅན་པ་དེ་ཉིད་ཉིར་ལྟ་འདོད་པ་དང་།  
 དང་ཕྱིར་རྒྱུང་མིག་པ་ཡི་གཞུང་འཛིན་རིག་བྱེད་པའི་ལུགས་དྲང་ལྷན་པའི་  
 ལུས་ཀྱི་བྱེད་པ་ཚིག་གི་དོན་དུག་འདོད་པ་དང་། མཁའ་གོས་ཅན་ཞེས་གཅུང་  
 ལུ་པ་ཚིག་གི་དོན་དུག་འདོད་པ་དྲང་རྒྱུ་རྩལ་མཛེས་པ་སྟེ་ཆད་ལྟ་རྒྱུང་འཕེན་

པའི་གཞུང་འཛིན་པ། ཉན་ཐོས་སམ་ཐོས་སྒྲིགས་པ་བྱེས་ཏུས་གསུམ་རྩ་ས་  
 ཡོད་ཏུ་འདོད་པ་སོགས་དྲང་གྲངས་དེའི་ཁྱོད་གནས་པ་བྱ་གཙང་དན་གསུམ་  
 སོགས་ཀྱིས་ལྟོག་པ་དོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་སོགས་རང་བཟོའི་གཞུང་སྒྲ་  
 ཆོགས་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཉླ་གེ་བརྟ་པ་འཛུམས་པར་བྱེད་པའི་སྒྲ་དུ་བརྟན་  
 བཅོས་ཆེན་པོ་འདི་བྱས་སོ། །ཞེས་ལོག་སྒྲ་ཆར་གཙོད་པའི་དོན་ཏོ། །གཉིས་  
 པ་ལ། རིགས་པའི་ལམ་སྒྲོལ་ལ་འཇུག་པར་གདམས་པ་དང་། རིགས་ལམ་  
 འདི་འདྲ་བ་གཞན་ལལ་གྱི་སྒྲིད་ཡུལ་མིན་པའི་ཟབ་པར་བརྟན་བ་གཉིས།  
 དང་པོ། ལེགས་འདོད་རྩེས་སྒྲ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དུ་གཞན་ཡང་དག་པའི་ལམ་  
 ལ་བསྐྱལ་བའི། སྒྲེ་ཡི་རྣམ་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་ལེགས་པར་བཤད་པའི་  
 སྒྲིང་པོ་ལམ་གནད་དོན་རྩེན་ཅིར་དུ་མ་རྟོན་ཅིང་། ཉིན་དང་མཚན་དུ་འབད་  
 པ་བྱས་ཀྱང་གཞུང་ལུགས་སྒྲིགས་དེ་མཐའ་ཆོད་པ་ལམ་དབྱིས་མ་ཕྱིན། ཏག་  
 ཏུ་བཅོན་པས་ཉིང་འཛིན་བསྐྱབས་ཀྱང་སེམས་གནས་སོགས་ཉི་ཆེ་པའི་ལམ་  
 ཅམ་ལས་སངས་རྒྱས་དབྱེས་པའི་ལམ་རྣམ་དག་ལས་གོལ་བར་མཐོང་པའི་  
 བེམ་གྱི་མ་སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་སྒྲེ་པོ་སྒྲིགས་པའི་དོན་ཅམ་ལ་ཆོག་གེས་སྒྲ་འཛིན་  
 པ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲ་དོར་སྒྲོན་ཡོན་གྱི་ཚུལ་ལེགས་པར་སེམས་ལ་ཡང་དག་  
 པའི་གནད་སྟོན་པའི་མཁས་པ་བརྟན་ནས་མ་ལོར་པའི་ལམ་བརྟེན་པར་བྱས་  
 བྱིག་ཅེས་སོ། །གཉིས་པ། སྒྲེ་བདུན་ན་བཤད་པའི་རིགས་པའི་དེ་ཁོན་ཉིང་  
 མ་ལོར་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་དྲིང་མི་འཛིག་པའི་རྣམ་དབྱིད་



གྱིས་རྟོགས་ནས་བོད་མྱ་རབས་པ་ཀུན་པོའི་ཟེར་སྒྲོས་བསྐྱར་བའི་ལུགས་དན་  
 པ་དེ་དོར་ནས་ས་སྐྱ་བརྩེ་ཏ་དུས་སྐལ་ལྡན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་དོན་དུ་འདྲི་  
 བཤད་པ་ཡིན་ཡང་སྒྲིམ་སྒྲུང་གི་སྒྲོ་ལུས་གྱིས་ཡང་དག་པའི་རིགས་པ་ཡི་གནད་  
 མཁུན་པ་དེ་དྲག་བསྟན་བཅོས་འདྲི་བཞེད་ཅིང་དགའ་བར་འགྱུར་བྱིར་དེ་  
 དག་གི་དོན་དུ་འགྱུར་མོད། ཐམས་ཅད་གྱིས་རྟོགས་མི་ལུས་ཏེ་ཅིའི་བྱིར་ན།  
 འདི་ཕ་ཁིང་ཟབ་པས་ན་ལན་མུང་པོར་ཐོས་སུ་ཟིན་ཀྱང་སྒྲུན་པོའི་སྒྲོན་ལྷལ་  
 དུ་འགྱུར་བ་མིན་པའི་བྱིར་རོ། །གསུམ་པ། དེ་ལྟར་ཡང་དག་པའི་རིགས་  
 ལམ་གྱི་ཚུལ་ལྟགས་པར་བཤད་པས་གང་ཟག་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་གོས་  
 གྱི་མི་ག་མི་ཟུམ་པར་བྱེ་བར་བྱས་ནས་ཟབ་ཅིང་ཕ་བའི་ཤེས་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་འདིའོ་ཞེས་རྗེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ལྟགས་པར་བསྟན་པའི་དགེ་བ་འདྲི་ཡིས་  
 ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དོན་ཐམས་ཅད་མཛོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཐོབ་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་གཏན་མཐར་བྱག་གི་  
 རྒྱུན་པས་དམ་པར་གྱུར་ཅིག །གསུམ་པ་མཐུག་དོན་མཛད་བྱང་། ཚད་མ་  
 རིགས་པའི་གཏེར་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས་འདྲི་ནི་དོན་རྗེ་གདན་ནས་དཔག་  
 ཚད་བརྒྱ་འདས་པ་ལྷལ་བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བ། རང་  
 བཞིན་རྒྱུན་རྣམ་འགྱུར་གསུམ་བསྟན་པས་ཚིག་ལ་འབྲུལ་བ་སེལ་བྱེད་སྒྲ་དང་།  
 གཞལ་བྱའི་གནས་རྟོགས་པ་མཛོན་རྗེས་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། ཚིགས་བཅད་ཀྱི་  
 ཚུལ་ལ་མཁོ་བ་བླི་ཏ་རྟེའི་སྟེབ་སྒྲུར་དང་། མཁས་པ་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཉམས་

ལྷན་བཅད་ལྷག་སྒེལ་མའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྟན་དག་དྲང་། དག་དེ་དག་གི་སྟོན་ཡོན་འབྱེད་པའི་གཞུང་མེ་ལོང་སོགས་ཆོག་གི་རྒྱན་དྲང་། དངོས་བདག་གི་རང་བཞིན་ཅན་དོན་གཅིག་ལ་མིང་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཚུལ་ཤེས་པ་མིང་གི་མདོན་བརྗོད་དྲང་། བཟོ་སོགས་སྒོ་གསུམ་གྱིས་འཇུག་ལུལ་དུ་གྱུར་པ་ཐ་སྟོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་པས་སྤྱི་དང་དཔྱུས་དོན་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་འཆད་པ་དྲང་། བཀའ་སོགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་ནོར་བར་འགྲེལ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཚུལ་པ་དྲང་། བས་ཆོལ་གྱི་སྟོབས་པ་འཛོམས་པའི་ཚད་པའི་ལུལ་ལ་སྟོབས་པ་དགེ་བ་ཅན། བྱད་པར་ཆད་མ་ཉིད་སྟོན་པའི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ཀྱན་ལས་བཏུས་དང་སྟེ་བཏུན་གྱི་དགོངས་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་། གཞན་ཡང་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་ལུང་དྲང་། དེའི་དོན་རྣམ་པར་ངེས་པའི་རིགས་པ་དྲང་། གནད་དོན་བདེ་སླག་ཏུ་རྟོགས་པའི་མན་དག་གི་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ་སྟོའི་སྟངས་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་ཐོབ་པ། སྤྱུའི་རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་དགེ་སྟོང་མཆོན་ཀྱན་དག་འཁྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བས། ཆོག་གི་སྟོས་ལྟར་ལེན་པའི་སྟེབ་སྟོར་སྟངས་རྣམས་གནད་དོན་གོ་བདེ་བར་བསྐོལ་ཏེ། གནས་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་དཔལ་ས་སྤྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བའོ། །མད་བྱང་མཁས་པའི་གྲགས་སྟན་ལྟ་ཡི་ང། །མིད་པ་གསུམ་ན་འགན་ལྷེ་མེད་བརྟུང་བ། །འཇམ་མགོན་མཁྱེན་པའི་རང་གཟུགས་ཆོས་ཀྱི་

རྗེའི། །ལེགས་བཤད་རིག་སྤྲུགས་གང་འདི་འཆད་ཅམ་གྱིས། །ལྷེ་སྒྲིང་རལ་  
 གྲིདོ་རྗེའི་རང་བཞིན་དུ། །ལྷུང་ནས་འདིགས་བུལ་སྒྲོབས་པའི་ར་རོ་ཡིས། །  
 བ་རོལ་སྒྲུ་བ་ངན་བ་ཟིལ་གཞོན་པའི། །སྤྱོད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མཆོག་  
 སྒྲིབ་ན། །གང་ལ་སྒྲུ་བའི་ངག་དང་དཔྱོད་པའི་ཡིད། །ཡོད་པ་དེས་ནི་བརྒྱ་  
 གྲག་དགའ་བའི་ཁུར། །བརྟེན་ནས་འདི་ལ་འཇུག་པར་མི་བགྱིད་བ། །ཀྱེ་  
 མ་སེམས་དང་ལྷན་ཡང་སེམས་མེད་བཞིན། །ཕྱ་ཞིང་མཛངས་པ་རིགས་པའི་  
 གཞུང་ལུགས་ནི། །ཁྲོན་པའི་ཚུ་ལྟར་ཟབ་པར་གྱུར་མོད་ཀྱི། །བརྩོན་པའི་  
 རྒྱན་ཐག་རང་གིས་བསྐྱིང་ནས་ན། །ནམ་ཞིག་མཚུངས་མེད་དོན་གྱི་རོ་མཆོག་  
 མྱོང་། །སྒྲིང་ལ་འཇམ་དཔལ་དགུས་པའི་གཟི་བྱིན་ནི། །ལྷུང་དུ་འགྲུགས་  
 པར་བྱེད་ལ་ཐབས་མཆོག་འདི། །མྱོང་བས་གྲུབ་པའི་རིག་སྤྲུགས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས། །གདམས་པའི་བདེན་འབྲས་སྐལ་བཟང་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་། །ཞེས་  
 ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་གྱིས་བཅད་བསྐྱར་གཏེ་མེད་པ་འདི་ཡང་རང་འགྲེལ་  
 ལས་བཏུས་ཏེ་མི་ཐམ་པས་བྲིས་ཞེས་དང་། འདིར་སྒྲུས་པ། མ་བརྩོན་སྒྲོ་ཡི་  
 སྒྲོད་དུ་འདི་གྲུབ་ཀྱང་། །ཐུགས་རྗེའི་ཁམས་བཟང་སྒྲིན་མྱེར་རོ་མཆོར་གཟུགས། །  
 རྣམ་དཔྱོད་མིག་དང་ལྷན་ལ་དགའ་བའི་རྒྱར། །ཐེཛོམ་བུལ་བ་རི་དྲུགས་སྒྲེས་  
 བཞིན་ནོ། །ལག་མཐིལ་དོལ་བ་ཅམ་དུ་འབད་རྣམས་ཀྱིས། །དག་ཤོད་བསྒྲིམས་  
 ཏེ་བརྟགས་ནས་མྱོང་བྱ་བ། །སྒྲོན་མེད་ཟབ་དོན་གསལ་བའི་གནད་མང་ཞིག །  
 ཡོད་འདི་མཁས་པའི་ཆོགས་སུ་འགའ་ཡིས་མཐོང་། །སྒྲོ་མིག་རིགས་པའི་

མཛེལ་ལ་ཆགས་ཐྱིར་དང་། །གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ཐྱིར་གཞན་ལ་ཕན་པའི་  
ཐྱིར། །འདི་བགྱིས་དག་བས་ཚེས་ཀྱི་གྲགས་པ་ཡི། །རིང་ལུགས་སྤྱོད་ཀྱིས་  
ཀུན་ན་རྒྱས་ཐུང་ཅིག། །ཅེས་ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་དཀྱུས་དང་བྱུང་  
མཆན་གྱིས་འགོལ་བ་འདི་ཡང་དཔལ་ལྷན་ས་སྒྲུའི་པའ་ཆེན་ལ་ལྷག་པར་  
མོས་པ་མི་ཙམ་འདམ་དབྱངས་ནུམ་པར་རྒྱལ་བས་འཛིགས་བྲལ་ས་སྒྲུ་པའི་  
རིང་ལུགས་འཛིན་པ་རྫོང་གསར་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཅའི་ཚེས་ལྷེ་ཆེན་པོར་བྱིས་  
པ་འདིས་བསྐྱེད་འགྲོའི་དག་ལེགས་འཕེལ་བར་ཐུང་ཅིག་གྲ། །མཛེལ། །དེ་  
ལྟར་ས་བཅད་དང་བྱུག་མཆན་དཀྱུས་སྒྲུ་འགོད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཀུན་བཟང་  
དཔལ་ལྷན་གྱིས་སོ། །

༥ བཅོམ་ལྷན་གྱི་ཡེ། རྒྱལ་གསུམ་མ་ཚང་བ་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་བའི་མཆན་  
ཉིད་དང་། རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེའི་དབྱེ་བ་ལ། མ་གྲུབ། མ་ངེས། འགལ་  
བ་གསུམ། དང་པོ་རྟགས་ལ་སྤྱོད་ས་ཚེས་མ་གྲུབ་པའོ། །དེ་ལ་དབྱེན། རྟོན་  
ལ་མ་གྲུབ། རྫོང་ར་མ་གྲུབ། རྟོན་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་མ་གྲུབ་བ་གསུམ། དང་པོ་  
ལ་གསུམ། ཚེས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ། རྟགས་གྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ། དེ་དག་  
སྤྱོད་ས་རེ་ལས་མ་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཚེས་ཅན་གྱི་  
ངོ་བོ་མི་སྤྱིད་ནས་མ་གྲུབ་པ། དཔེར་ན་བདག་ཐམས་ཅད་ན་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ་  
ཞེའོ། །དོན་དམ་པའི་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་ཞེས་འགོད་པ་ལྷ་སྟེ། །གཉིས་པ་སྤྱིད་  
ཀྱང་ཅོད་གཞིར་མ་གྲུབ་པ། སྒྲ་མཉན་བྱའམ་མཉན་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་པ་

ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་རྟགས་ཀྱི་རོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མི་  
 སྤྱིད་ནས་མ་གྲུབ་པ། སྦྱོར་བུ་འདི་བདག་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་གི་  
 ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་བྱིར་ཞེས། རི་བོང་གི་རྣམ་ཐུག་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་སྤྱིད་ཀྱང་ཤེས་འདོད་དང་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པ་ལོ།  
 །གཉིས་ཀྱི་དང་པོ། རོ་བོ་མ་ཡིན་ནས་མ་གྲུབ་པ། སྒྲ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པ་ལ་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་གཞི་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པ། སྒྲ་སྒྲ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་  
 བཀོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ཚོས་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པ་མི་རྟག་པས་མི་རྟག་  
 པ་བསྒྲུབ་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་གཉིས་ནི་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱི་བྱིར་སྤྱོད་ལས་གཅིག་  
 མ་གྲུབ་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་རྟགས་ཀྱི་རོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ནི་མ་  
 གྲུབ་པར་མཚོན་མི་རུས་ཏེ། མཚན་གཞི་མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་མ་མཁྱེན་པར་ཟད་དོ། །དེ་ལྟ་མིན་ན་  
 སྒྲ་མཉན་བྱ་ཡིན་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་མཉན་བྱས་བསལ་བའང་བསལ་བའི་  
 བྱེད་ཐུག་ཏུ་མཚོན་མི་རུས་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་སྤྱོད་ལས་  
 མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟགས་ཚོས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
 རྟགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་གཅིག་ཚོས་ཅན་ལ་མ་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལའང་། རིགས་  
 ཀྱི་སྦྱི་དང་ཚོགས་པའི་སྦྱི་ཚོས་ཅན་དུ་བཞག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། ཟད་  
 བྱེད་པས་ཤིང་རྣམས་སེམས་པ་དང་བཅས་ཏེ། ཉལ་བའི་བྱིར་ཞེས་འཁུམ་

པ་ལ་ཉལ་བར་བརྟེན་ལ། དེ་གི་དགོས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་འཇུག་པ་ཉལ་བ་གཉིད་ལོག་པ་ལ་ཟེར་ན་རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་འཇུག་པ་ཉལ་བ་ཕྱོགས་ཕྱིར་ཆོལ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །ཆོལ་བྱུང་གིས་སྒྲི་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་ན་སྒྲིའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཚུ་སྒྲི་ལ་མེད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྱིར་རྟགས་སྒྲིའི་མེད་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་སྒྱི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་པ་དཔེར་ན་རྩལ་གསུམ་རྟགས་སུ་མཚོན་པ་ལ། འདིས་མཚོན་བྱས་ཞེས་བཀོད་པ་ན། ཡ་གུལ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིའི་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཆོས་ཅན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དེ་གས་སྒྱི་དང་ཆོགས་སྒྱི་རྟགས་སུ་བྱས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་གྲུབ་མ་གྲུབ་མཚུངས་པ་ནི། སྒྲ་ཙམ་གྱི་སྒྱིལ། རྟག་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་མ་གྲུབ་པ་བཞིན། རྟག་པ་ལ་བྱས་པ་བཀོད་ན་འདྲ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གྲུབ་པར་མཚུངས་པ་འདྲ་སྒྲིལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན། སྒྲིའི་བྱས་པ་གྲུབ་ལ་སྒྲི་མ་ཡིན་གྱི་བྱས་པ་མ་གྲུབ་ཀྱང་། སྒྱིར་བྱས་པ་ཙམ་གྲུབ་པས་མི་སྒྲིའི་མ་བཞིན་དུ། སྒྲ་ཙམ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཆོལ་བྱུང་གྲུབ་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པས་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཆོགས་པའི་སྒྱི་གཞི་རྟགས་སུ་བྱས་པའི་ཆོ་རྒྱ་བ་གཉིས་སྤང་གི་ཤེས་པ་ལ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་ཆོ། ཡ་གུལ་རྟོག་བྲལ་གྲུབ་ཀྱང་མ་འབྲུལ་བ་མ་གྲུབ་པས་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པའི་ཆོགས་པ་མ་གྲུབ་པ་བཞིན། ཆོགས་

པའི་སྤྱི་ཚུལ་གསུམ་ཚོགས་པ་ཚོས་ཅན་དུ་བཞག་ན་འདི་ཙམ་གྱིས་རྟགས་སུ་  
 མཚོན་རྣམ་པ་བཀོད་པ་ན། རྟགས་དེ་ཚོགས་པའི་སྤྱོད་ལས་གཅིག་སྤྱོད་ཚོས་  
 རྒྱུད་པ་ལ་མ་གྲུབ་པས་ཚོགས་པའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པར་མཚུངས་སོ། །གཞན་  
 སྤྱོད་པ་རྣམས་རང་གིས་ཤེས་པར་ཟད་པས་མ་སྤྱོད་སོ། །གཉིས་པ་སྤྱོད་ར་  
 མ་གྲུབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཚོས་ཅན་དང་། རྟགས་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་  
 བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་མ་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དེས་རུང་མེད་  
 བས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ། ག་ཟུང་ལུ་པ་ལྟ་བུ་ཚོས་ཅན་བསྐྱལ་བ་དང་། གཉིས་  
 པ་དེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ནོར་བུ་ལུ་མ་མ་མ་དེས་པ་ན་ནོར་བུ་  
 ཚོས་ཅན་དུ་བཞག་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་རྟགས་ལ་འང་གཉིས་ལས། དེས་  
 རུང་མེད་བས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་  
 བུ། གཉིས་པ་དེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ། རུ་བའམ་རྒྱུད་ས་པར་ཐེ་  
 ཚོམ་ཟ་བ་ན་དུ་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་འབྲེལ་བ་ལ་འང་  
 གཉིས་ལས། དེས་རུང་མེད་བས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ། ད་ལྟའི་དགོ་བས་སྒྲ་མའི་དགོ་  
 བ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ། མ་ཕྱིར་སྐྱ་གཤམ་  
 པའི་པལ་ལེ་སྤྱོད་ལས་མར་མ་བྱ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་  
 རྒྱལ་བ་ལ་ལྟོས་པའི་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ལ་མ་  
 གྲུབ་པ། གྲངས་ཅན་བས་སྤྱོད་དང་བདེ་བ་སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་  
 ཅན་ནམ་མེ་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པ་ན། རང་ཉིད་ཀྱིས་མཛོན་

པར་གསལ་བ་དང་། ཉེ་བར་བག་ལ་ཞ་བ་ལ་སྐྱེ་འཛིག་ཏུ་འདོད་གྱི་སངས་  
རྒྱས་པའི་སྐྱེ་འཛིག་ལྟར་མི་འདོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ལ་གྲགས་  
པའི་སློང་དང་བདེ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་འང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད་སློང་དང་བདེ་བ་གྲུབ་  
ཆོད་ལ་བསམས་ནས་རྟགས་ཆོལ་བ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བརྟགས་ལ། ཡང་  
དག་པར་ན་ཆོས་ཅན་ལ་རྟགས་དེས་གྲུབ་ན་སྟོགས་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མ་ཡིན་གྱི་  
ཁྱབ་པའི་སྟོན་ཡིན་ཏེ་སྟོགས་ཆོས་སྟོན་མེད་ཡིན་མོད་གྱི། གྲུབ་མཐའ་ཁས་  
བླངས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་དེ་ལྟར་བརྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ཕྱིར་ཆོལ་བ་ལ་མ་གྲུབ་  
པ་ནི། འདྲིམ་མེད་པས་བྱུན་པ་བཤུས་ན་འཆི་བས་ཤིང་སེམས་པ་ཅན་ཏུ་  
བསྐྱབ་པ་ན། ཤིང་རྒྱམ་པ་ཡིན་གྱི་འཆི་བའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཡང་སངས་  
རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ལྟོས་ནས་ཕྱིར་ཆོལ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བསྟན་པ་  
ཅི་མ་མོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་ན་ཆོལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲུམ་གྲུབ་ཀྱང་།  
རྟགས་སུ་འགོ་ལ། དངོས་པོ་ལ་མ་གྲུབ་ན་ཆོལ་བ་གཉིས་ཀ་འདི་ངོར་སྒྲུམ་ཅི་མ་  
གྲུབ་ཀྱང་རྟགས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལ་ཆོས་ཅན་དང་  
རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ལས་སྐྱེ་བའི་དུག སློང་ངོར་མ་གྲུབ་པ་ལ་གསུམ་  
ལས་སྐྱེ་བའི་དུག་སྟེ་བཅུ་གཉིས་ཡིན་ལ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟོགས་རེ་  
ལ་མ་གྲུབ་པ་ལས་སྐྱེ་བའི་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་ཆུ་མས་ནི་རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་  
གྲུབ་པར་འདུ་ལ། གཞན་ནི་སྟོགས་ཆོས་སྟོན་མེད་ཡིན་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ལ་  
ལྟོས་པའི་སྟོན་ནི་གྲུབ་མཐའི་ཁས་བླངས་ལ་དགོངས་གྱི། ཡང་དག་པར་ན་



ཚོས་ཅན་ནམ། རྟགས་ཀྱི་དོ་བོ་མ་གྲུབ་པར་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །མ་དེས་པ་  
 ཞེས་པ་ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ཀྱང་ཁུབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བའོ། །དེ་ལ་ཚོས་ཅན་  
 ལས་གཞན་མཐུན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གང་ལའང་མི་འདྲུག་པ་ཐུན་མོང་མིན་  
 པའི་མ་དེས་པ་དང་། ཚོས་ཅན་ལས་གཞན་མཐུན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་  
 ཀར་འདྲུག་པ་ཐུན་མོང་པའི་མ་དེས་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་དབྱེན་བཞི་སྟེ།  
 དང་པོ་རྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་ནས་མ་མཐོང་བ། དཔེར་ན་སྐྱུ་མི་རྟག་སྟེ།  
 མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ།  
 སྐྱེས་བུ་འདི། ལྟ་ལས་ཚེ་འཕོས་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུ། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། སྐྱུ་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་  
 ཕྱིར། རིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་ཚེ་རིག་བྱེད་རྟག་པར་འདོད་པས་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མ་མཐོང་བ་ལྟ་བུའོ། །མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་  
 མཐོང་བ། གང་བྱས་པ་མི་རྟག་སྟེ། རིག་བྱེད་བཞིན། བམ་མཁའ་ནི་མ་  
 བྱས་སོ། །ཞེས་འགོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ཐུན་མོང་པའི་མ་དེས་པ་ལ།  
 དངོས་ཀྱི་མ་དེས་པ་དང་། ལྟག་ལྟན་གཉིས། དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། གཉིས་  
 ཀར་ཁུབ་པར་མཐོང་བ། སྐྱུ་མི་རྟག་པ་ལ་གཞལ་བྱ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། མཐུན་  
 ཕྱོགས་ལ་ཁུབ་པར་མཐོང་བ། སྐྱ་ཚུ་ལ་བྱུང་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་མི་རྟག་པ་བཀོད་  
 པ་ལྟ་བུ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁུབ་པ། སྐྱ་ཚུ་ལ་བྱུང་མིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ།  
 མི་རྟག་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་ཀའི་ཕྱོགས་རེ་ལ་མཐོང་བ། སྐྱ་རྟག་པར་

སྐྱབ་པ་ལ། ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ལྷག་ལྷན་  
ལ་གཉིས་ཏེ། ཡང་དག་ལྷག་ལྷན་ནི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མཐོང་མི་མཐུན་སྟོགས་  
ལ་མ་མཐོང་ཡང་ཐེ་ཚོམ་མི་ཚོད་པའོ། །འགལ་བའི་ལྷག་ལྷན་ནི་མཐུན་སྟོགས་  
ལ་མ་མཐོང་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མཐོང་ཡང་ཐེ་ཚོམ་མམ་བརློག་པ་མི་ཚོད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྟགས་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་  
བ། དཔེར་ན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བཀོད་  
པ་ལྟ་བུ། མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ་སྟོབས་ངས་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷས་བྱིན་གྱི་སྤྱི་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། འགལ་ཡང་མ་ངེས་པ་རྟག་པ་དང་འགལ་  
བར་མ་ཤེས་པ་ལ། མི་རྟག་སྟེ། དུས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་  
འགལ་བར་ངེས་ན་ཡང་དག་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་འགལ་བའི་ལྷག་  
ལྷན་ལ་དབྱེན་གསུམ་སྟེ། རྟགས་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ།  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་བའི་སྤྱིར་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། མེད་ཀྱང་མི་འགལ་  
བ་སྟོབས་ངས་ཡིན་ཏེ། ལྷས་བྱིན་གྱི་སྤྱི་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། འགལ་  
ཡང་མ་ངེས་པ། རྟག་པ་དང་འགལ་བར་མ་ཤེས་པའི་ངོར། རྟག་སྟེ། དུས་  
པའི་སྤྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འགལ་བར་ཤེས་ན་འགལ་བའི་རྟགས་  
ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །འདི་གཉིས་བྱེ་བྲག་པས་འདོད་པའི་ལྷག་ལྷན་ལྟ་བུ་མ་  
ཡིན་གྱི་འཕྲིན་པའི་མཐུན་སྟོགས་དང་མཐུན་སྟོགས་གཉིས་ལས་ལྷོག་པ་  
ངེས་ན་ཡང་དག་དང་འགལ་བར་འགྲོ་ཡང་། རེ་ཤིག་གཞན་ངོར་ཐེ་ཚོམ་གྱི་

ལྷག་མ་ཡོད་པས་ལྷག་ལྷན་ཞེས་བྱའོ། །འགལ་རྟགས་ལ། རྟགས་གྲུབ་ཀྱང་  
 བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལས་བསྐྱོག་པས་བྱབ་ན་འགལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡི་དབྱེ་བ་ལ་  
 གཉིས་ཀྱི་དང་པོ། དངོས་པོའི་དབྱེ་བ་གཉིས་ཏེ། འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། སྒྱུར་བ་ལ་ལྷོས་ནས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་  
 ལ། མི་དམིགས་པ་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཚིགས་སུ་བསྐྱས་ན། དེའི་བསྐྱོག་  
 སྤྱོད་ལས་འགལ་བ་འདར་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་དང་འགལ་བ། སྐྱ་རྟག་སྟེ་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། དེ་སྤྱང་ནི། འབྲས་སུ་དང་འགལ་བ། སྐྱ་རྟག་སྟེ། བཅུལ་  
 མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་སྒྱུར་བ་ལ་ལྷོས་  
 བས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། མི་དམིགས་པ་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཚིགས་སུ་མ་  
 བསྐྱས་པར་སྒྱུར་བ་གསུམ་དུ་བྱེད་པ་ན་དེ་བསྐྱོག་པའི་འགལ་བ་འདར་གསུམ་  
 སྟེ། སྒྲིང་རུང་གི་བུམ་པ་ཡོད་དེ་མི་སྒྲིང་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། མི་དམིགས་པའི་  
 འགལ་བ་སྐྱབ་ནས་སྒྲིང་གི་གཉིས་དང་གསུམ་སོ། །གཉིས་པ་བརྗོད་འདོད་  
 གྱི་སྒྲོ་ནས་འགལ་རྟགས་གསུམ་སྟེ། དེ་ལ་གཞན་ལུགས་འགས། ཚོས་དང་  
 ཚོས་ཅན། རོ་བོ་དང་བྱང་པར་གཉིས་འགོག་པའི་འགལ་བ་བཞེ་ཞེས་ཟེར་ཏེ།  
 དང་པོ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ཚོས་ཅན། རྟག་སྟེ། མ་བྱས་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པ་ལ། ཚོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་ནམ་མཁའ་སྒྲིང་ཅམ་ལ་སྤྱོད་ལས་  
 ཚོས་གྲུབ། ཚོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་དང་མ་  
 བྱས་པ་འགལ་བས་འདི་ཚོས་ཅན་གྱི་རོ་བོ་འགོག་པའི་འགལ་བ་ཞེས་ཟེར་

ཡང་། དངོས་གྱུར་གྱི་ནམ་མཁའ་མེད་པས་དོན་དམ་པའི་སྒྲིཛ་ཚན་དུ་བཞག་  
པ་ལྟར་ཕྱོགས་ཆོས་མི་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་ས་པའ་གསུངས། ཆོས་  
མཆོག་ན་རེ། བམ་མཁའ་མ་བྱས་ཤིང་ཡོད་པར་འདོད་མཁན་ལ། བམ་  
མཁའ་ཆོས་ཅན། ཉག་སྟེ། མ་བྱས་པའི་བྱིར། རི་བོང་རྩ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་  
ན་རི་རྩ་དང་མཚུངས་ན་བམ་མཁའ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱང་མེད་པ་དང་མཚུངས་  
པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་མོད། ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་ན་ཕྱོགས་  
ཆོས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ལ་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་ན་ཆོས་ཅན་མི་ལེགས་ལ། བསྐྱུབ་  
བྱ་བམ་མཁའ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་ལ་བྱེད་ན། ཆོས་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་པར་འགྱུར་  
གྱི་ཆོས་ཅན་ངོ་བོ་བཀག་པར་མི་འགྱུར་པས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མ་  
མཁྱེན་པར་ཟད་ཅེས་ས་པའ་གསུངས་སོ། །ཡང་། ཆོས་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་པ་  
ནི། སྒྲ་ཉག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་འགོག་  
པའི་འགལ་བ་ནི། འདུས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །ཆོས་གྱི་བྱུང་པར་འགོག་པ། འདུས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་གཞན་  
གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དོན་ཉིད་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་དང་གཞུང་  
མི་འཕྲོད་པས་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ས་པའ་གསུངས། ས་པའ་རང་བཞིན་  
ལ། དངོས་འགལ་དང་། རྒྱགས་འགལ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་  
འགལ་བ་ནི་དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་མ་ཡིན་ཏེ་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། དངོས་སུ་  
འགལ་བ་བརྗོད་པ་མི་ཉག་པའི་སྒྲ་ཉག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། བརྗོད་པའི་

བྱུགས་ཀྱིས་འགལ་བ། རྟག་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། ཆོས་  
 ཀྱི་བྱེད་པར་གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་པ། དཔེར་ན་མིག་སྟོགས་གཞན་དོན་བྱེད་དེ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། དེ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་ན་ཆོས་ཀྱི་བྱེད་པར་འགོག་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཞན་གྱི་དོན་མིག་ལ་སྟོགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་  
 པ་ཡིན་ལ། དེའི་འགལ་བ་འང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་འགོག་པ་ཞེས་ཟེར་  
 ལ། འདོད་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ནི་གཉིས་ཀ་མཚུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 གཏན་ཆོགས་ལ་འདྲ། སྐྱེ་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་དང་། མི་རྟག་པའི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་  
 པའི་ཐ་སྙད་བརྗོད་ཚུལ་ལ་བྱུང་ཡོད་ཀྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་དོན་གཅིག་གོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པའི་སྐྱེའི་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་འང་ཆོས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་བྱེད་པར་  
 དུ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ། རྟག་པའི་སྐྱེ་ལས་སྐྱེ་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའོ། །  
 སྐྱེའི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པས་ཆོས་ཅན་སྐྱས་མི་རྟག་པ་བྱེད་པར་  
 དུ་བྱས་པ་བརྗོད་པ་སྟེ། སྐྱེ་མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའོ། །དེ་  
 གཉིས་ཀས་ཀྱང་སྐྱེ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པར་འདོད་པས་དོན་ལ་བྱུང་མེད་དོ། །  
 དེ་དག་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱས་པས་ཡང་དག་ཡིན་ལ། འདུས་  
 གིང་བསགས་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ལ་སྟོགས་པས་རྟོགས་པར་མི་བྱས་པའི་བྱིར་  
 འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་དོན་གྱི་སྒྲོ་ན་ཡོན་པར་དོན་རྗེས་དཔག་གི་  
 སྐབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བྱེད་ཡོན་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་ཡིན་

མོད་ཀྱི་ཐོར་ཡང་བར་བྱས་པའི་ཁྱབ་ལོ་ཐྱིར། ཐྱོགས་བཅས་བཀོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལྟར་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་ལ་དབྱེ་བ་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་བཞིན་རྟགས་ཡང་  
དག་ལའང་དབྱེ་བ་རིགས་སོ་ཞེན། དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་མོད།  
དེ་ལ་དགོས་པ་རྒྱུད་བས་མ་མཛད་དོ། །གལ་ཏེ་ཐྱོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་གཤམ་  
ན་འགོད་དོན་མེད་སྟུམ་ན། མ་གྲུབ་པར་གཤམ་ཀྱང་རྟགས་དེ་ལྟར་བཀོད་ན་  
ཞེས་མ་ཐལ་བཅད་པའོ། །གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ནི་རང་གིས་མ་ཐོང་བའི་  
རྟགས་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་དག་གོ། རྒྱབ་བྱེད་བརྗོད་པར་ཁས་ལེན་པ་རྒྟལ་  
བ། དེ་ལ་སྒྲུབ་འབྱེན་བརྗོད་པར་ཁས་ལེན་པ་བྱིར་རྒྟལ་བ། དེ་གཉིས་རྒྱལ་  
ལམ་བརྗོད་པར་ཁས་ལེན་པ་དཔང་པོའོ། །དེ་ལ་རྒྱབ་དག་དང་ཐལ་དག་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་རྒྱལ་གསུམ་ཚང་བའི་གཏན་ཆོགས་རང་རྒྱུད་དུ་འགོད་  
པ་སྟེ། རྟགས་རིགས་ཉི་ཤུར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །ཐལ་འགྱུར་གྱི་དག་ལ།  
ཐོད་སྔ་རབས་པ་རྣམས། ཐལ་འགྱུར་བཞི་ལས། བརྩ་བཞིར་དབྱེ་བ་འདོད་  
དེ། དང་པོ། ཐལ་བ་བཀོད་ཚད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་བཞིར་འདོད་དེ། ཐལ་བའི་  
རྟགས་བྱབ་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་དང་། རྟགས་འབའ་ཞིག་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
བྱབ་པ་འབའ་ཞིག་མ་གྲུབ་པ་དང་། གཉིས་ཀ་གྲུབ་པ་བཞིའོ། །དང་པོ་  
དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་པ་ལ་སྦྱོར་ཆོས་ཅན། གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་  
པའི་ཐྱིར། ཞེས་བཀོད་ན་གཉིས་ཀ་ཚད་མས་མ་གྲུབ་ལ་ཁས་ཀྱང་མི་ལེན་  
པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་སྦྱོར་མ་བྱས་པར་ཐལ། རྟག་པའི་ཐྱིར་ཞེན། རྟགས་

ཚད་མས་མ་གྲུབ། ཁས་བྱང་མི་ལེན་པ་ལྟ་བུའོ། གསུམ་པ་སྐྱེ་རྟག་པར་  
 ཐལ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེན། བྱལ་པ་ཚད་མ་དང་། ཁས་བྱངས་  
 གཉིས་ཀས་མ་གྲུབ་པའོ། བཞི་པ་ལ་བཞི་སྟེ། གཉིས་ཀ་ཚད་མས་གྲུབ་  
 པ། སངས་རྒྱས་པ་ལ། སྐྱ་མི་རྟག་པར་ཐལ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའའོད་  
 ལན་ཐེབས་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དང་། གཉིས་ཀ་ཁས་བྱངས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་འབའ་  
 ཞིག་སྐྱེ་རྟག་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ། རྟགས་བྱལ་ཚད་མས་གྲུབ་པ། དམ་  
 བཅའ་ལ་ཁས་བྱངས་ཀྱིས་བསལ་བས་ཐལ་བ་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་འོ། །  
 རྟགས་བྱལ་གཉིས་ཀ་ཁས་བྱངས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་སྐྱ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་དང་།  
 དེ་ལ་རྟག་པས་བྱལ་པར་སྐྱ་བ་ལ། སྐྱེ་རྟག་པར་ཐལ། མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་ན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་ཚད་མས་ངེས་ན། དམ་བཅའ་ལ་  
 ཚད་མས་བསལ་བ་དང་། ཁས་བྱངས་ན་ཁས་བྱངས་ཀྱིས་བསལ་བ་དང་།  
 གཉིས་ཀ་མེད་ན་བསལ་བ་ཡི་མེད་དེ་སྐབས་གསུམ་མོ། རྟགས་ཚད་མས་  
 གྲུབ་ལ་བྱལ་བ་ཁས་བྱངས་ཀྱིས་གྲུབ་པ། བྱས་པ་ལ་རྟག་པས་བྱལ་པར་  
 སྐྱ་བ་ལ། སྐྱེ་རྟག་པར་ཐལ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དམ་  
 བཅའ་ལ་བསལ་བ་ཡོད་མེད་གསུམ་པོ་སྒྲུབ་ཏུ་འོ། རྟགས་ཁས་བྱངས་  
 བྱལ་པ་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ནི། སྐྱེ་རྟག་པར་སྐྱ་བ་ལ། སྐྱ་མ་བྱས་པར་ཐལ།  
 རྟག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལ་འང་བསལ་བ་ཡོད་མེད་གསུམ་  
 པོ་སྒྲུབ་ཏུ་འོ། རྟེན་ལྟར་ཐལ་བ་བཅུ་བཞི་ལས་ཡང་དག་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དུན་

བདུན་དུ་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་ལ་མ་གྲུབ་པས་ལན་ཐེབས་ལ།  
རྟགས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པ་ལ། མ་གྲུབ་ལན། བྱུང་པ་མ་གྲུབ་པ་ལ། བྱུང་པ་མ་  
གྲུབ་པའི་ལན་ཐེབས། གཉིས་ཀ་ཆད་མ་དང་དམ་བཅའ་ལ་བསལ་བ་ཡི་  
མེད་དང་། གཉིས་ཀ་ཁས་སྒྲུངས་དང་དམ་བཅའ་ལ་བསལ་བ་ཡི་མེད་དང་།  
རྟགས་ཆད་མ་བྱུང་པ་ཁས་སྒྲུངས། དམ་བཅའ་ལ་བསལ་བ་ཡི་མེད་དང་།  
རྟགས་ཁས་སྒྲུངས་བྱུང་པ་ཆད་མ། དམ་བཅའ་ལ་བསལ་བ་མེད་པ་བཞི་པོ་  
ལ་འདོད་ལན་ཐེབས་པས་བདུན་པོ་ལྟར་སྦྱང་རོ། །གཉིས་ཀ་ཆད་མས་གྲུབ་  
ལ། འདོད་པ་ཁས་སྒྲུངས་གྱིས་བསལ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ཁས་སྒྲུངས་འདོད་  
པ་ཆད་མ་དང་ཁས་སྒྲུངས་གྱིས་བསལ་བ་གཉིས་དང་། རྟགས་ཆད་མས།  
བྱུང་པ་ཁས་སྒྲུངས། འདོད་པ་ཆད་ཁས་གཉིས་གྱིས་བསལ་བ་གཉིས་དང་།  
རྟགས་ཁས། བྱུང་ཆད། འདོད་པ་ཆད་ཁས་གཉིས་གྱིས་བསལ་བ་གཉིས་  
དང་བདུན་ནི་ལན་གྱིས་བསྒྲོག་མི་རྣམས་པས་ཐལ་འགྱུར་ཡང་དག་གོ །ཡང་  
དག་ལ་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་མི་འཕེན་ནི། ཐལ་བ་སྐྱ་མ་དུག་དང་། བདུན་  
པའི་བྱེད་རྟག་སྐྱ་བྱས་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་མི་རྟག་པར་ཐལ་ཞེས་རྟགས་ཁས།  
བྱུང་པ་ཆད་མས་གྲུབ། དམ་བཅའ་ལ་ཆད་མས་བསལ་ཡང་གཞི་ཚིགས་ཅན་  
མ་གྲུབ་ན། སྐྱབ་བྱེད་མི་འཕེན་ཏེ། བསྒྲོག་ན་རྩལ་གསུམ་མ་ཆད་པའི་བྱིར་  
རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པའི་ག་ཟེའི་བུམ་པ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་ལ། རྟག་པའི་  
བུམ་པའི་རང་མཚན་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པར་ཐལ། ཡོད་པའི་བྱིར་ཞེས་སོགས་



ཚོས་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་རོ། །འདི་ཆད་མས་བསལ་བ་མེད་དེ།  
གཞི་ཉིད་མ་གྲུབ་པས་དམ་བཅའ་ལ་དི་ལྟར་སེལ་ཟེར་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
གཞི་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་དངོས་པས་ལ་མེད་ཀྱང་གཞན་ལ་འཇུག་པའི་ཤུགས་  
བསལ་ཡོད་དེ། གཞན་དུ་ན་རྟག་མི་རྟག་འགལ་བའི་ཆད་མས་དེ་གཉིས་  
ཚོགས་པ་ཁེགས་ན། བྱེ་བྲག་ཤ་ཟེའི་བུམ་པ་རྟག་མི་རྟག་ཚོགས་པ་འང་ཤུགས་  
ལ་ཁེགས་སོ། །དེ་བཞིན་སྒྱི་གཅིག་གསལ་བ་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བར་ཡོད་  
ཟེར་བ་དང་། བམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲ་རྟག་པར་ཡོད་ཟེར་བའི་ཐལ་བ་དང་  
བསལ་བའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཟེར། ས་སྒྲ་པཎ་ཆེན་གྱིས་དེ་བཀག་པ།  
ཐལ་འགྱུར་བཀོད་ཆད་ལ་བཞིར་དབྱེན་རང་རྒྱད་ལ་འང་བཞིར་ཅི་སྟེ་མི་དབྱེ།  
རང་རྒྱད་ལ་ཡང་དག་ལྟར་སྒྲུང་གཉིས་སུ་ངེས་པས་དབྱེ་བ་གཞན་མི་དགོས་  
ཞེན། ཐལ་འགྱུར་ལ་འང་མཚུངས་སོ། །ཡང་རྟགས་བྱབ་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་  
བ་དང་། དེ་རེ་རེ་མ་གྲུབ་པ་མི་འཐད་དེ། རྟགས་མ་གྲུབ་ན་ཕྱོགས་ལ་མཐུ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱབ་པ་དབྱེད་པ་མི་དགོས་ཏེ། མོག་ཆད་པ་ལ་དབང་  
པོ་ཡོད་མེད་དབྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དབྱེ་བ་ལྟག་ཆད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྟར་  
ཏུ་ཅང་ཐལ་བ་ཚུད་རིགས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར། རྟགས་སྟེད་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
བྱབ་པ་སྟེད་མ་གྲུབ་སོགས་སྟེད་པས་དེ་སྟེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དགོས་སོ། །དེས་ན་  
བྱབ་པ་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་སུ་བྱབ་པ་ལྟག་ཅིང་། སྒྲ་རྟག་སྟེ། བུས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
པའི་ཐལ་འགྱུར་ལྟར་སྒྲུང་ཆད་དེ་མ་ཆད་པས་བཅུ་བཞི་པོ་མི་འཐད་དོ་གསུངས།

རང་ལུགས་ཐལ་འབྱུང་ཡང་དག་ལྟར་སྒྲུབ་གཉིས་ལས། དང་པོ། ཁས་བླངས་  
ཀྱི་རྟགས་ལས་མི་འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་འཕེན་པའོ། །དབྱེན་སྐྱབ་བྱེད་མི་  
འཕེན་པ་དང་འཕེན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་དངོས་སུ་ཐལ་བ་འཕང་བས་  
བརློག་ན་ཚུལ་གསུམ་ཚད་པའོ། །དེ་ཆོས་གསུམ་ལྡན་ཏེ། རྟགས་ཕྱིར་གྲོལ་  
གྱིས་བདེན་ཞེན་གྱིས་ཁས་ལེན་པ། བརློག་བྱུང་ཚད་མས་གྲུབ་པ། གཞི་  
གྲུབ་ཅིང་དམ་བཅའ་ལ་ཚད་མས་བསལ་རུང་རོ། །དེ་དངོས་སུ་རྟགས་ཚད་  
མས་མ་གྲུབ་པས་སྐྱབ་དག་མིན་ཡང་། བརློག་ན་བསྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད་  
ཡོད་པའོ། །ཐལ་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་འཕེན་གྱི་དག་བརློག་པ་ལྟར་  
མི་འཕེན་ཏེ། དག་དོན་ལ་སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་དགོས་པས་དག་བརློག་ན་སྟོགས་  
ཆོས་འཛིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ། རང་བཞིན་འབྲས་སུ་མཚན་ཉིད་མི་དམིགས་  
པ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་མི་འཕེན་ཏེ། སྟོགས་འདིན་སུམ་པ་མེད་པར་ཐལ།  
མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་དང་། འབྲས་སུ་དུ་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་རྒྱ་རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་མེད་པ་དང་། རོག་ལྷོག་ཤལ་  
མེད་པས་བ་ལང་མིན་པར་ཞེས་བྱུང་བྱེད་མི་དམིགས་པ་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་  
བྱེད་མི་འཕེན་ཏེ། སུམ་སོགས་ཚད་མས་གྲུབ་ན་དམིགས་པར་གྲུབ་ཕྱིར་  
སྟོགས་ཆོས་མེད་ལ། སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་ན་ཐལ་བའི་དམ་བཅའ་ལ་བསལ་  
བ་མེད་ཅིང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོགས་ཆོས་མི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གསུམ་གྱི་  
ལྟ་མ་སྒྲར་བཤད་པའི་ཡང་དག་གི་རྟགས་ཉི་ཤུ་པོས་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པར་

ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དབྱེན། བསྐྱོག་པ་རང་རིགས་འཕེན་པ་བཞིན་གྲང་  
 རེག་གིས་མེ་འགོག་པ་རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་ཀྱིས་མེ་ཡོད་པས་གྲང་རེག་  
 མེད་ཅེས་རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་འཕེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་པ་མེའི་རེག་  
 པས་ཅན་དན་གྱི་མེ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་བྱུང་བྱུང་དམིགས་པས་ཅན་མེ་ཡོད་  
 པས་བམའི་རེག་པ་མེད་ཅེས་དེ་ཉིད་འཕེན་པ་དང་། སྤྱི་ཡོད་བྱེད་ཡོད་པས་  
 ཏུ་བམེད་པར་ཐལ་ཞེས་པས་འབྲས་བུ་དམིགས་པས་རང་ཉིད་འཕེན་པ་དང་།  
 བྱུང་བྱེད་འགལ་དམིགས་ཀྱང་དེ་བཞིན་འཕེན་ནོ། །གཞན་རིགས་འཕེན་པ་  
 བཅུ་དྲུག་ནི། ཏུ་བཡོད་པས་མེ་ཡོད་པའི་འབྲས་རྟགས་དང་། མེ་མེད་པས་  
 ཏུ་བམེད་པའི་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་གཉིས་ལ་མཚོན་ན། ཐལ་བསྐྱོག་གཉིས་  
 གན་ཚུན་གྱི་བསྐྱུང་བྱུང་ལོག་པ་རྟགས་ཡིན་ཞིང་། གཅིག་གི་རྣལ་བྱུང་ཅིག་  
 ཤོས་ཀྱི་བསྐྱོག་བྱུང་ཡིན་པས་བྱུང་པ་འབྲེལ་ཞིང་སྟོན་ཆོས་འགལ་བ་  
 དག་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་ཏུ་བསྐྱུང་བྱུང་མེད་བཞིན་ཏུ་རྟགས་ལས་ཡོན་པ་ལ།  
 གཅིག་གི་ཐལ་བ་བརྗོད་པས་གཅིག་གི་རང་རྒྱུད་འཕེན་ཏེ། ཏུ་བམེད་པར་  
 ཐལ་མེ་མེད་པའི་བྱིར། ཞེས་རྒྱ་མི་དམིགས་པས། ཏུ་བཡོད་པའི་བྱིར། མེ་  
 ཡོད་ཅེས་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་རང་རྒྱུད་འཕེན་ལ། མེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཏུ་བཡོད་  
 པའི་བྱིར། ཞེས་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་ཐལ་པས་མེ་མེད་པའི་བྱིར་ཏུ་བམེད་ཅེས་  
 རྒྱ་མི་དམིགས་པའི་རང་རྒྱུད་འཕེན་ནོ། །འགལ་དམིགས་བཅུ་གཉིས་པོའི་  
 བང་ནས་མེ་དང་བམའི་རེག་པ་གན་ཚུན་འགོག་པ་བྱུང་བྱེད་འགལ་དམིགས་

དང་། འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པ་གཉིས་དང་། ཏུ་བ་དང་བ་མོའི་རེག་པ་  
ཕན་ཚུན་འགོག་པས་བྱ་བ་བྱེད་འགལ་བའི་འབྲས་ཐུ་དམིགས་པ་དང་། རྒྱ་  
དང་འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པ་གཉིས་དང་། མེ་དང་སྤྱོད་ཕན་ཚུན་  
འགོག་པ། རྒྱ་དང་འགལ་དམིགས་དང་། རང་བཞིན་འགལ་འབྲས་དམིགས་  
པ་གཉིས་དང་། ཏུ་བ་གང་རེག་ཕན་ཚུན་འགོག་པ་རང་བཞིན་འགལ་འབྲས་  
དམིགས་པ་དང་། རྒྱ་དང་འགལ་དམིགས་གཉིས་དང་། ཅན་མེ་དང་གང་  
རེག་ཕན་ཚུན་འགོག་པ། འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་  
འགལ་དམིགས་གཉིས་དང་། ཅན་མེ་དང་སྤྱོད་ཕན་ཚུན་འགོག་པ།  
རྒྱ་འགལ་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་དང་འགལ་བའི་འབྲས་ཐུ་  
དམིགས་པ་གཉིས་དང་། ཤ་བས་ཤིང་གྲུབ་པའི་ཐལ་བས། ཤིང་བཀག་  
བས་ཤ་བ་འགོག་པའི་རང་རྒྱུད་དང་། ཤིང་མེད་བས་ཤ་བ་མེད་བར་ཐལ་  
བས་བཅོམ་བྱེད་མི་དམིགས་བས། ཤ་བ་ཡོད་བས་ཤིང་ཡོད་པའི་རང་  
བཞིན་གྱི་རྟགས་ཕན་ཚུན་འཕེན་ཏེ། གཅིག་གི་རྗེས་བྱེད་གཅིག་གི་བསྐྱོག་  
བྱེད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ཐལ་འགྱུར་རྟུང་རྟུང་ལ། ཁས་སྒྲངས་གྱི་རྟགས་བཀོད་ཀྱང་མི་འདོད་  
པའི་བསྐྱབ་བྱ་འཕེན་མི་ལུས་པའོ། །དབྱེ་བ་ལ། རྟགས་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
འགལ་བྱེད་དང་། བྱེད་པ་མ་རེས་པ་དང་། འདོད་ལན་ཐེབས་པ་བཞིའོ། །  
ས་པར་རང་ལུགས་ལ། བྱེད་པ་འགལ་བ་དང་། བྱེད་པ་མ་རེས་པ་གཉིས་

སུ་ཐུས་ནས་བཞིར་གདབ་གསུངས། རིགས་གཏེར་ལས་བྱིས་སོ་ཞེས་པ་དང་།  
 ༡ བ་མོ་མཐུ་བྱི་ཡེ། རྟགས་རིགས་སྟོན་སྟེར་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་རྟགས་  
 གྱི་མཆན་ཉིད། གཞི་བྱུབ་ན་རྟགས་སུ་རུང་བས་བྱུབ། བྱེ་བྲག་ལ་ཤེས་ནས་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་ལྟར་སྤང་། ཤེས་ནས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡང་དག་གཉིས། དང་  
 བོ་ལ། རྟགས་སུ་བཀོད་པ་གང་ཞིག་ཚུལ་གསུམ་མཛང་བ། རྟགས་ལྟར་སྤང་  
 གི་མཆན་ཉིད། དབྱེ་ན། མ་གྲུབ། མ་ངེས། འགལ་བ་གསུམ། དང་བོའི་  
 མཆན་ཉིད། ཤེས་འདོད་ལ་དགོད་བྱ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས། དབྱེ་ན།  
 རོན་དུ་མ་གྲུབ་པ་དང་། གྲུབ་ཀྱང་སྟོང་ར་ལྟོས་ནས་མ་གྲུབ་པ་གཉིས། དང་  
 བོ་ལ། ཆོས་ཅན་མེད་པ། རྟགས་མེད་པ། གཉིས་ཀ་མེད་པ། ཡོད་ཀྱང་  
 འབྲེལ་བ་མེད་པ་བཞི། དང་བོ། རོན་དམ་པའི་སྐྱེ་ཆོས་ཅན་ལྟ་བུ། དེ་ལ་  
 རྟགས་གང་བཀོད་ཀྱང་སྟོན་མེད་པས་སྟོན་ཆོས་མི་གྲུབ། གཉིས་པ།  
 རི་བོང་གི་རྩ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ། དེ་གང་ལ་བཀོད་ཀྱང་སྟོན་གྱི་ཆོས་མིན་  
 པས་སྟོན་ཆོས་མི་གྲུབ། གསུམ་པ། རོན་དམ་པའི་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། རྟག་སྟེ།  
 རི་བོང་གི་རྩ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ། སྟོན་དང་ཆོས་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པོ།  
 བཞི་པ་ལ་རྟགས་ཤེས་འདོད་ལ། མི་སྤྲིད་པ་དང་། མ་བྱུབ་པ་དང་། བྱུབ་  
 མ་བྱུབ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་པ་གསུམ། དང་བོ། སྐྱེ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ།  
 མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ་ལམ། མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ།  
 གཉིས་པ། སྐྱེ་ཆོས་ཅན། སྟོན་ལྟ་བུ་སོང་བས་བྱུབ་སྟེ། སྟེས་ལུང་རྩལ་བ་

ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གསུམ་པ། ལྷ་བ་གཉིས་སྒྲུབ་གི་དབང་གསུམ་ཆོས་  
ཅན། མཛོན་སུམ་ཆོད་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ལྟ་བུ། རྟོགས་བྲལ་གྲུབ་ཀྱང་མ་འབྲུལ་བ་མ་གྲུབ་པས་འདིར་རྟོགས་མ་གྲུབ་  
ཀྱི་ལན་ཐེབས། བྱལ་ཆོས་པ་ནི། མ་ངེས་པ་ཡིན་གྱིས་རྟོགས་མ་གྲུབ་ཀྱི་  
ལན་མི་ཐེབས་པས་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་དུག་གོ། །

གཉིས་པ་སྒྲོལ་ལྟོས་ན། ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ། རྟོགས་མ་གྲུབ། དེ་གཉིས་ཀ་མ་  
གྲུབ། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པ་དང་བཞི། དང་པོ། ཤ་ཟའི་བུམ་  
པའམ། རོར་བུའམ། སྒྲོན་མར་མ་ངེས་པ་ན་རོར་བུ་ཆོས་ཅན་དུ་བཞག་པ་  
ལྟ་བུ། གཉིས་པ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའམ།  
དུ་རྒྱུངས་གང་ཅུང་དུ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ན། དུ་བ་རྟོགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་  
པ། ཤ་ཟའི་བུམ་པ་ཆོས་ཅན། འདིར་ཡོད་དེ། ཤ་ཟ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ།  
བཞི་པ་ལ་མི་སྲིད་པར་དོགས་པ། མ་བྱུབ་པར་དོགས་པ། གཉིས་ཀའི་ཆ་  
ཅན་དུ་དོགས་པ་གསུམ། དང་པོ། ལྷ་མ་བྱས་པར་སེམས་པ་ལ་སྒྲ་ཆོས་ཅན།  
མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གཉིས་པ། ཆོག་ལ་སྒྲེས་བུས་བྱས་མ་  
བྱས་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ། ཆོག་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་བྱུང་མིན་ཏེ།  
སྒྲེས་བུས་བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གསུམ་པ། དངོས་པོ་ལལ་ཆེར་མི་རྟག་པར་  
འདོད་ཀྱང་། དབང་ལྷག་སོགས་རྟག་དངོས་སྲིད་པར་འདོད་པའི་ངོར། དབང་  
ལྷག་ཆོས་ཅན། རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་དང་། དངོས་པོའི་

གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། ཏཱ་ལྷ་འི་དགོ་བས་སྒྲ་མའི་དགོ་བ་དང་།  
 མ་བྱའི་སྒྲ་གསལ་བས་རི་སྒྲུལ་དཔུང་མར་མ་བྱ་བསྐྱབ་པ་ནི་མ་དེས་པ་ཡིན་  
 གྱི། ཏཱ་ལྷ་མ་གྲུབ་པ་མིན་ནོ། རྒྱལ་བ་པ་ལྟོས་པ་སྒྲ་གསལ་གཞན་ནི་འདིར་  
 འདུ་ལ། སྒྲ་མི་ཏཱ་ལྷ། རྒྱལ་བྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། རྒྱལ་བྱུང་གི་སྒྲ་  
 ལ་བསམ་ན། རོན་གྱི་ཏཱ་ལྷ་ཡང་དག་ཡིན་པས་མ་གྲུབ་པ་མིན་ཏེ། སྒྲ་ཕྱེ་  
 བྲག་ཚུ་སྒྲ་སྒྲ་གསལ་ལ་བསམ་ན་མ་གྲུབ་པོ། སྒྲ་སྒྲིལ་འང་མི་གྲུབ་པས་ཕྱེ་སྒྲེ་  
 བཤད་དགོས་སོ། ཏཱ་ལྷ་ར་བྱུག་སྒྲེ། དེས་ན་མ་གྲུབ་པ་བཅུ་གཉིས་ཡོད།  
 གཉིས་པ་མ་དེས་པ་ལ་མཆན་ཉིད། བསྐྱབ་བྱ་འགྲུབ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་  
 པའི་ཏཱ་ལྷ། དཔྱེན། ཐུན་མོང་མིན་པ་དང་། ཐུན་མོང་གི་མ་དེས་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ལ། ཐྱོག་པ་ཐ་དད་མེད་པའི་ཐུན་མིན་དང་། ཡོད་ཀྱང་ཕྱོགས་གཉིས་  
 ཀར་མི་འདུག་པའི་ཐུན་མིན་གཉིས། དང་པོ་ལ། གཞི་ཏཱ་ལྷ་གཅིག་པ།  
 ཚེས་ཏཱ་ལྷ་གཅིག་པ། གཞི་ཏཱ་ལྷ་ཚེས་གསུམ་གཅིག་པ། ཚེས་དོན་དང་  
 ཏཱ་ལྷ་གཅིག་པ་བཞི། དང་པོ། སྒྲ་ཚེས་ཕན། མི་ཏཱ་ལྷ། སྒྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ལྟ་བུ། གཉིས་པ། སྒྲ་ཚེས་ཕན། མི་ཏཱ་ལྷ། མི་ཏཱ་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གསུམ་  
 པ། སྒྲ་ཚེས་ཕན། སྒྲ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། བཞི་པ། སྒྲ་ཚེས་  
 ཕན། མི་ཏཱ་ལྷ། སྒྲ་མི་ཏཱ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ལ། རོན་  
 དང་། རྒྱོ་གཉིས། དང་པོ། སྒྲ་ཚེས་ཕན། མི་ཏཱ་ལྷ། མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ལྟ་བུ། ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་མེད་ནས་མ་མཐོང་བ། གཉིས་པ་ལ། ཕྱོགས་

གཉིས་ཀར་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། སྐྱེས་སུ་འདི་ཚོས་ཅན། ལྷ་ལས་ཆོ་འཕོས་  
 ཏེ། མིག་དང་ལྷན་པའི་བྱིར་ལྷ་ལ། ལྷ་ལས་འཕོས་མ་འཕོས་གཉིས་ཀ་སུ་  
 ཡིན་དམིགས་མ་རྣམ་པས་གཉིས་ཀར་མ་མཐོང་ནས་ཐེ་ཚོམ་པའོ། །མཐུན་  
 གྲུགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་མི་མཐུན་གྲུགས་ལ་མེད་ནས་མ་མཐོང་བའི་སྐོ་  
 རོར་ཐུན་མིན་དུ་སྤྱར་བ། སྐྱ་རྟག་པར་འདོད་དོར། སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་  
 བྱིར་ལྷ་ལ། དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་རིག་བྱེད་པའི་དོར། རིག་བྱེད་ཚོས་ཅན། རྟག་  
 སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར། ལྷ་སུ་སྟེའོ། །གཉིས་པ། ཐུན་མོང་ལ། མཚན་ཉིད།  
 གྲུགས་གཉིས་ཀར་འཇུག་པར་སྒྲུང་བ། དབྱེན། རོན་དང། སྐྱོག་ཉིས། དང་  
 པོ། དངོས་ཀྱི་མ་དེས་པ་ཟེར། དེ་ལ་བཞི། དང་པོར་གྲུགས་གཉིས་ཀར་  
 ཁྱབ་པར་ཞུགས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྷ་ལ། གཉིས་  
 པ། མཐུན་གྲུགས་ལ་ཁྱབ་མི་མཐུན་གྲུགས་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་འཇུག་པ། སྐྱ་  
 ཚོས་ཅན། ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བར་ཐལ། མི་རྟག་པའི་བྱིར་ལྷ་ལ། གསུམ་པ་  
 དེ་ལས་ལྟོག་པ། སྐྱ་ཚོས་ཅན། ཚུལ་བྱུང་མིན་པར་ཐལ།མི་རྟག་པའི་བྱིར་ལྷ་  
 ལ། བཞི་པ། གྲུགས་གཉིས་ཀར་ཆ་གཉིས་སུ་འཇུག་པ། དུང་སྐྱ་ཚོས་ཅན།  
 མཉན་བྱ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱུང་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྷ་ལ། གཉིས་པ། སྐྱོ་སྟོས་ལྷག་  
 ལྷན་ལ། ཡང་དག་དང། འགལ་བའི་ལྷག་ལྷན་གཉིས། དང་པོ་ལ། སྐྱ་  
 མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་བྱིར་ལྷ་ལ། བྱས་པ་དང་རྟག་པ་འགལ་བར་མི་ཤེས་  
 པ་ལ་བཀོད་ན། མཐུན་གྲུགས་ལ་མཐོང་། མི་མཐུན་གྲུགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་།



མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་མེད་པར་མ་དེས་ནས་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པའོ། །འགལ་ལྷག་  
སྐྱོམ་ཚན། ཉག་ཉྒེ། བྱས་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ། ཉག་པ་དང་བྱས་པ་འགལ་  
བར་མི་ཤེས་པ་ལ་བཀོད་ན། མི་མཐུན་སྤྱོད་ལས་མཐོང་། མཐུན་སྤྱོད་ལས་  
མ་མཐོང་ཡང་མཐུན་སྤྱོད་ལས་ཡོད་མྱོང་པས་འགལ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་  
ལྷག་མ་ལྟན་པའམ། དག་སྐྱབ་པའི་ཉག་ལས་སྐྱེས་པུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
མིན་པའམ་ཡིན་པར་དཔག་ན་ལྷག་ལྟན་གཉིས་པོ་འདྲ་ཡང་དོན་གྱི་སྤྱོད་ལས་  
གཉིས་ཀར་འབྲུག་པར་འབྲུར་བས་ལོགས་སུ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ། འགལ་ཉག་གི་མཆན་ཉིད། ཉག་པ་དེས་བསྐྱབ་བྱ་བྱིན་ཅི་ལོག་  
ཏུ་བྱུང་བར་དེས་པ། དབྱེན། དོན་དང་། སྒོ་ངོར་ལྟོས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
དགག་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་དང་། སྐྱབ་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་གཉིས། དང་པོ། མ་དམིགས་  
པའི་ཉག་པ་སྐྱོག་པ་ཐམས་ཅད། གཉིས་པ། འབྲས་རང་གི་ཉག་པ་དང་  
བསྐྱབ་བྱ་ལོག་པ་ཐམས་ཅད། གཉིས་པ། སྐྱ་ཉག་པར་ཁས་ལེན་པའི་ངོར།  
དུང་སྐྱོམ་ཚན། མི་ཉག་ཉྒེ། སྐྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱབ་པ་འགལ་  
བ་དང་། ཡོད་པ་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་བར་ཁས་ལེན་པའི་ངོར། ལུས་པ་ཚོས་ཅན།  
གསར་དུ་མི་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ། དགག་པ་འགལ་བ་གཉིས་  
ཏེ་བཞིའོ། །དེ་ལ་འགལ་བའི་ལན་ཐེབས་སོ། །དེ་ལ་སྒོ་ལ་ལྟོས་ནས་གཏན་  
ཚིགས་ལྟར་སྤང་ཡང་རུང་། དེས་ཉག་པ་ཡང་དག་མིན་པར་མི་འབྲུར་ལ།  
དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མིན་ལ། སྒོ་ལ་གཏན་ཚིགས་ཡང་དག་ལྟར་སྤང་ཡང་།

རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་རུང་བས་དོན་གྱི་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་དང་ཡང་དག་དཔྱད་  
 བར་བྱའོ། །གཉིས་པ། རྟགས་ཡང་དག་ལ། མཚན་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་ཚང་  
 བའོ། །དེ་ལ་དང་པོ། རྟགས་ཚོས་ནི། རྟགས་དེ་ཉིད་ཤེས་འདོད་ལ་མི་ལྟན་  
 རྣམ་གཅིད་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། རྟགས་དེ་ཡི་རྟགས་སུ་བརྒྱབ་བྱ་  
 འགོ་བ་ཡིན་ལ། རྟགས་པ་ནི། བརྒྱབ་བྱ་ལོག་ན་རྟགས་ལོག་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ། རྟགས་དཔག་གཞིར་གྲུབ། རྟགས་འགོ་མཐུན་པའི་དཔེ་  
 ལ་ཡོད། རྟགས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ལས་ལོག་པར་ངེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟགས་  
 དེ་བརྒྱབ་བྱ་ལ་གྲུབ་པའི་རྟགས་སུ་ངེས་ནས། གང་ན་ཚིགས་ངེས་བརྒྱབ་བྱ་  
 འགྲུབ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་དང་ཡང་དག་གི་དམིགས་  
 རྟེན་མཚན་མས་བྱངས་པའི་ངེས་པས་ཡུལ་ལ་དགག་རྒྱབ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལ་རྒྱབ་པ་ལ། ཡིན་ཡོད་ཏུ་བརྒྱབ་པ་གཉིས་ཡོད་ལ། གཞལ་བྱ་རྟོག་གྱུར་  
 དེ་རང་མཛོན་གྱུར་མིན་པས་ན། དེ་དཔག་ཏུ་རུང་བའི་ཚོས་གཞན་ཞིག་ལས་  
 རྟགས་སུ་དཔག་དགོས་པས། དེ་ལ་རང་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ཚོས་སམ། རང་  
 དང་ཐ་དད་པའི་འབྲེལ་བ་གཉིས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོས་དེ་གྲུབ་དགོས་  
 ཉེ། འབྲེལ་མེད་གཞན་གྱིས་དེ་རྒྱབ་པར་མི་རུས་པས་སོ། །དེ་ལ་བརྒྱབ་བྱ་  
 དང་ངོ་བོ་བདག་གཅིག་པའི་ཚོས་རྟགས་སུ་བཞོད་ནས་དཔག་འདོད་བརྒྱབ་  
 པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ། རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རྒྱ་ཚིགས་  
 པའི་ཁ་མོ་འབྲས་ཁུ་འབྲུང་རུང་རྒྱབ་པའང་། རྒྱ་དེ་ཉིད་ལ་འབྲས་ཁུ་འབྲུང་རུང་

ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སུ་འདུ། བསྐྱེད་  
བྱ་དང་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བའི་འབྲས་སུ་རྟགས་སུ་བཀོད་དེ་དཔག་འདོད་སྐྱེད་  
པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། རོ་ལས་གཞུགས་  
དང་། གཞུགས་ལས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྫས་གཞན་དཔོག་པའང་། རང་རྒྱ་དང་  
ཚོགས་པ་གཅིག་པའི་རྒྱ་ཚོས་རྫེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་ནོ། །དགག་བྱ་འགོག་  
པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་  
ཉིད། དབྱེན་སྒྲུང་རུང་མ་དམིགས་པ་དང་། འགལ་བ་དམིགས་པ་གཉིས།  
དེ་ལ་སྒྲུང་མི་རུང་མི་དམིགས་པ་ཅམ་གྱིས་མེད་པར་མི་འབྱུང་གྲང་། སྒྲུང་  
རུང་མ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་ངོ་བོ་འགོག་ལ། དེ་དང་འགལ་བའི་  
ཚོས་གཞན་དམིགས་པས་གྲང་དགག་བྱ་དེ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ས་  
ཕྱོགས་སུ་བུམ་པ་སྒྲུང་རུང་མ་དམིགས་པ་ལྟ་བུ། རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ།  
མེ་མ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་དུ་བ་འགོག་པ་ལྟ་བུ། རྒྱུ་མ་དམིགས་པ། དུ་བ་  
མ་དམིགས་པས་དེ་རྒྱུ་མེ་མེད་པར་འགོག་པ་ལྟ་བུ། འབྲས་སུ་མ་དམིགས་པ།  
ཤིང་མ་དམིགས་པས་ཤ་བ་འགོག་པ་ལྟ་བུ། རྒྱབ་བྱེད་མ་དམིགས་པ་རྟེ་བཞི།  
དེ་ལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་རྒྱབ་བྱ་རང་གི་ངོ་བོ་འཕམ་དེའི་རྒྱབ་བྱེད་དགག་  
པས་འབྲེལ་ཚོས་ལོག་པ་དང་། གཞན་གཉིས་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་ཡུལ་ལོག་  
པའི་འབྲེལ་ལྷན་ཉིད་ལོག་པར་རྟོགས་པའོ། །འགལ་དམིགས་ལ། འགལ་བ་  
གཉིས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་འགལ། གཞོད་བྱེད་ཚ་རེག་གི་ངོ་བོ་དང་འབྲས་

ལུག་ཉིས། གནོད་བྱེད་ཏི་ཤྲ་རེག་གི་རྒྱ་འབྲས་དོ་བོ་བྱབ་བྱ་བཞི་འཛོམས་  
པའི་ནམ་པ་བརྒྱད་པོ་ནི་མི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ལ། མེའི་རྒྱ་ཙམ་ནི་གནོད་བྱེད་  
མིན་ལ། བྱབ་བྱ་ནི་མེ་ལས་ལོགས་སུ་དབྱེ་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་ཅིང་གལ་ཏེ་  
གངས་ཀྱི་མཐའ་དབྱེ་བ་ཙམ་དུ་བྱས་ཀྱང་རུང་ལ། དེ་ཡི་ཆོ་རྒྱུ་ཚུལ་དམིགས་  
བྱེད་པ་གལ་ཆེ། དཔལ་ཚུན་སྤངས་འགལ་དངོས་ནི། རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་  
དུ་སྦྱར་བ་མི་མིན་ཀྱང་། དེས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བརྒྱད་འགལ་དམིགས་  
པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་འགལ་དམིགས་དགའོ། །རྟགས་གསུམ་བསྐྱེམས་པས་བརྒྱ་  
གསུམ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་དེས་བརྒྱབ་བྱའི་མཚན་ཉིད། ཚད་མས་  
ཟུབ་བསལ་མེད་ལ་ཤེས་འདོད་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཚད་མས་ཟུབ་  
ཟེན་པ། རྒྱ་མཉན་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཚད་མས་བསལ་ཟེན་པ་རྒྱ་མཉན་  
བྱ་ཡིན་ལྟ་བུ་དང་། ཤེས་འདོད་མ་ཞུགས་པ། རྒྱ་མི་སྟན་གྱི་བུམ་པ་སོགས་  
ལྟ་བུ་ནི། བརྒྱབ་བྱར་མི་རུང་བས་རྒྱ་བས་སུ་བབ་པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཆོལ་བས་  
རྒྱབ་པར་དམ་བཅའ་ཞིང་། བྱིར་ཆོལ་གྱིས་སུན་འབྱེན་པར་ཁས་བླངས་པ་  
ཞིག་ཅོད་གཞིར་འཛིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་འཇམ་དབྱངས་མི་པམ་འིན་  
པོ་ཆེའི་གསུང་བྱག་བྲིས་སོག་འཛར་ལས་ཞལ་བཤུས་པ་དགའོ། །

༥ རང་གི་མཁས་འཇུག་ལྟར་བྲིས་པ། ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་རྟགས་ཡང་དག་གི་  
མཚན་ཉིད། རྟགས་ཡང་དག་གི་རྒྱུར་བ་དེ་ལ་འབྲས་རང་མ་དམིགས་པའི་  
རྟགས་གསུམ། དང་པོ་འབྲས་རྟགས་ནི། འབྲས་བུའི་རྟགས་ཀྱིས་རྒྱ་རྗེས་སུ་

དཔོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དབྱེན། ཅུ་ལྟ་གྱི་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མེ་ཡོད་དེ།  
 ཅུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་རྒྱ་དངོས་ལྟ་བུ་པའི་འབྲས་ཏྲགས། བར་སྒྲུབ་གི་ཅུ་  
 བ་སྒྲུབ་ཡོད་པོ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུ་མེ་སྒྲུབ་སོང་ཡིན་ཏེ། ཅུ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་  
 བུ་རྒྱུ་སྒྲུབ་སོང་རྒྱུ་པའི་འབྲས་ཏྲགས། ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། རང་  
 རྒྱུ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་འགའ་བའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ། རྒྱ་  
 རྒྱུར་རྒྱུ་པ། རྒྱུར་སྒྲུབ་དབང་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་གི་དམིགས་སྤྱོད་དང་  
 བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུའི་བྱུང་པར་རྒྱུ་པ།  
 ཁ་ནང་གི་ཕུར་གོང་ཆོས་ཅན། གཟུགས་ཡོད་དེ། རོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་  
 ལྟ་བུ། རྒྱ་ཆོས་རྒྱུ་དཔག་གི་འབྲས་ཏྲགས་ཏེ། དེ་ལྟར་དབྱེན་པ་ལྟོ། །བདག་  
 གཅིག་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུ་པ་རང་བཞིན་ཏྲགས་ལ། རྒྱ་ཆོས་ཅན།  
 མི་ཏྲག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་རམ་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་བྱུང་པར་ལྟོས་པ་པའི་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཏྲགས་སྦྱུར། རྒྱ་ཆོས་ཅན། མི་ཏྲག་སྟེ། དངོས་པོར་ཡོད་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་བྱུང་པར་དག་པ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཏྲགས་སྦྱུར་ཏེ་གཉིས་  
 སོ། །ཁ་དམིགས་པའི་ཏྲགས་སྦྱུར་ལ། མི་སྒྲུབ་པ་མ་དམིགས་པ་དང་།  
 སྒྲུབ་རུང་མ་དམིགས་པ་གཉིས། དང་པོ། མདུན་གྱི་གཞི་འདིར་ཆོས་ཅན།  
 ག་ཟ་བསྐྱལ་དོན་ཅུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གིས་ག་ཟ་ཡོད་མེད་གང་རུང་ཅུ་མི་  
 དེས་ཏེ། དེ་ལ་དེ་མི་སྒྲུབ་བས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྒྲུབ་  
 རུང་མ་དམིགས་པ་ལ། དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པ་དང་། འགལ་བློ་དམིགས་

པ་གཉིས། བྱིམ་འདི་ན་ཆོས་ཅན། ལུམ་པ་མེད་དེ། ལྷང་རུང་ཚད་མས་མ་  
དམིགས་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པ། མཚན་མོའི་རྒྱ་  
མཚོར་ཆོས་ཅན། རྩ་བ་མེད་དེ་མེ་མེད་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ་རྒྱ་མ་དམིགས་པ།  
བྲག་རྩོད་པ་གིར་ཆོས་ཅན། ཤ་བ་མེད་དེ། ཤིང་མེད་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་  
བྱབ་བྱེད་མ་དམིགས་པ། རྩ་བས་དབེན་པའི་ཕྱི་གསྐྱོར་རྩ་ཆོས་ཅན། རྩ་བའི་  
དངོས་འབྲས་མེད་དེ། རྩ་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་དངོས་འབྲས་མ་དམིགས་  
པ་རྟེ་དེ་ལྟར་བཞིན་ཡོད་དོ། །རྣང་རུང་གི་འགལ་བློ་དམིགས་པ་ལ། ལྟན་  
ཅིག་མི་གནས་འགལ་བ་དང་། བཅ་ཚུན་སྤང་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་  
དམིགས་ཀྱི་རྟགས་སྒྱུར་གཉིས། དང་པོ་ལ་རྟགས་སྒྱུར་བཅུ་གཉིས་ཏེ།  
སྒྲིགས་པ་གིར་ཆོས་ཅན། གྲང་རེག་མེད་དེ། མེས་བྱབ་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་  
རང་བཞིན་དང་འགལ་པའི་རང་བཞིན་དམིགས་པའི་དགག་རྟགས། སྒྲིགས་  
པ་གིར་ཆོས་ཅན། གྲང་རེག་གི་དངོས་རྒྱ་ལུས་པ་ཐོགས་མེད་མེད་དེ། མེས་  
བྱབ་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་རྒྱ་དང་འགལ་པའི་རང་བཞིན་དམིགས་པའི་རྟགས་  
སྒྱུར། སྒྲིགས་པ་གིར་ཆོས་ཅན། གྲང་འབྲས་སྤྱོད་བྱེད་མེད་དེ། མེས་བྱབ་  
པའི་བྱིར། ཞེས་འབྲས་བྱ་དང་འགལ་པའི་རང་བཞིན་དམིགས་པ། སྒྲིགས་  
པ་གིར་ཆོས་ཅན། ཁ་བའི་རེག་པ་མེད་དེ། མེས་བྱབ་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་བྱབ་  
བྱེད་འགལ་པའི་རང་བཞིན་དམིགས་པ་བཞི་དང་། ཡང་སྒྲིགས་པ་གིར་  
ཆོས་ཅན། གྲང་རེག་མེད་དེ། རྩ་བ་བྲག་ཏུ་སྒྱུར་བས་བྱབ་པར་ནོན་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་རང་བཞིན་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ། སྤྱོད་ལས་  
 བ་ཀིར་ཚེས་ཅན། གྲང་རེག་གི་དངོས་རྒྱ་ལྷན་པ་ཐོགས་མེད་མེད་དེ། ཏུ་བ་  
 དག་ཏུ་སྦྱར་བས་བྱལ་བར་ནོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་དམིགས་པ། སྤྱོད་ལས་པ་ཀིར་ཚེས་ཅན། གྲང་འབྲས་སྒྲ་ལོང་བྱེད་  
 མེད་དེ། ཏུ་བ་དག་ཏུ་སྦྱར་བས་བྱལ་བར་ནོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་འབྲས་  
 བུ་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ། སྤྱོད་ལས་པ་ཀིར་ཚེས་ཅན། ཁ་  
 བའི་རེག་པ་མེད་དེ། ཏུ་བ་དག་ཏུ་སྦྱར་བས་བྱལ་བར་ནོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་པ་བྱལ་བྱ་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ་བཞི་དང་། ཡང་སྤྱོད་ལས་  
 བ་ཀིར་ཚེས་ཅན། གྲང་རེག་མེད་དེ། ཅན་དན་གྱི་མེས་བྱལ་བར་ནོན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་རང་བཞིན་འགལ་བའི་བྱལ་བྱ་དམིགས་པ། སྤྱོད་ལས་པ་  
 ཀིར་ཚེས་ཅན། གྲང་རེག་གི་དངོས་རྒྱ་ལྷན་པ་ཐོགས་མེད་མེད་དེ། ཅན་དན་  
 གྱི་མེས་བྱལ་བར་ནོན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་བྱལ་བྱ་དམིགས་  
 པ། སྤྱོད་ལས་པ་ཀིར་ཚེས་ཅན། གྲང་འབྲས་སྒྲ་ལོང་བྱེད་མེད་དེ། ཅན་དན་  
 གྱི་མེས་བྱལ་བར་ནོན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ། འབྲས་བུ་དང་འགལ་བའི་བྱལ་བྱ་  
 དམིགས་པ། སྤྱོད་ལས་པ་ཀིར་ཚེས་ཅན། ཁ་བའི་རེག་པ་མེད་དེ། ཅན་དན་  
 གྱི་མེས་བྱལ་བར་ནོན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ། བྱལ་བྱ་དང་འགལ་བའི་བྱལ་བྱ་  
 དམིགས་པ་བཞི་སྟེ་དེ་ལྟར་བཅུ་གཉིས་སོ། །པན་ཚུན་སྤང་འགལ་དངོས་  
 ལ་རྟགས་དང་བསྒྲུབ་བྱར་སྦྱར་བ་མེད་ཀྱང་། བརྒྱད་འགལ་གྱི་བྱལ་བྱ་བཞི་དང་།

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

---

པ་ལས། བྱེད་གྱི་འགལ་ལྷ་འགོག་པ། ལྷ་ཚོས་ཅན་མི་ཏག་མེ། བྱས་  
པའི་ཕྱིར་རམ། ཅོལ་བྱུང་གི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཡང་། རང་བཞིན་གྱི་ཏགས་  
སྒྲོར་དུ་འདུའོ། །མི་ཡམ་པས་བྲིས་པ་དགོ། །ཟུར་མཆན་གྱི་དཔེ་མ་རྟེན་པས་རྟེན་ན་  
འདིར་འཇུག་དགོས།



༄༅། །སོ་ཐར་མདོ་ཡི་མཆན་འགྲེལ་ཉུང་དུ་དེས་  
ལེགས་ཐེམ་སྒྲས་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ཤུ་ལྟ་ན་ཡེ། །སྤྱིད་པའི་མེ་དབལ་རབ་རྩ་ཚ་བ་གཞོམ་པ་ལ། །  
གཞུང་ཆབ་གྱི་གཞིལ་བ་མིན་ཀྱང་དེས་འབྱུང་གི། །བདུད་ཅིའི་གཤེར་གྱི་  
འགོ་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་གཟིར་ནུམས། །ཐུགས་རྗེའི་ཐུག་གིས་བཀྲ་མཛད་  
ཐུབ་པའི་དབང་པོར་འདུད། །དམ་ཚཱ་འདུལ་བ་འབྱུང་སྟེ་ཡི། །རྩ་བ་སོ་  
སོར་ཐར་པ་ལ། །སྟོན་པ་བཞིན་དུ་གྲུས་མཛོད་ནས། །ཉུང་དུའི་དག་གིས་  
བཀྲལ་བར་བྱ། །འདིར་འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་སྤྱིང་པོ་སོ་སོར་ཐར་པའི་  
མདོ་འཆད་པ་ལ་བཞི་སྟེ་མཚན་དོན། །འགྱུར་ཐུག་གཞུང་དོན། །མཇུག་དོན་  
ནོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བ་ཏི་མོ་ཁྲ་སྤྱ་ལ། བོད་སྐད་དུ། སོ་སོར་  
ཐར་པའི་མདོ། ཞེས་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལ་བྲ་ཏིའི་རྒྱ་ནི། སོ་སོ་དང་། དང་  
པོ་དང་། ཐབས་གསུམ་ལ་འཇུག་པ་ལས། གང་གིས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ཡང་  
དག་པར་སྤངས་ཏེ། །སྤངས་པ་དེ་ཐར་གྱི། གཞན་གྱིས་བསྐྱུང་བས་གཞན་  
མི་ཐར་པའི་ཐུར་སྟོ་སྟོར་ཐར་པ་འཇུག། དང་པོར་སྟོམ་མིན་ལས་ཐར་བས་དང་པོར་  
རམ། ཐར་པ་མུང་འདས་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཡིན་པས་ནའོ། །དེ་དག་གི་དོན་  
མདོར་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་པས་ན་མདོའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཐུམས་ཅན་

མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ལ་ལྷ་སྟེ། མཆོད་བརྗོད་  
དང་། གྲིང་བསྐྱང་བ། ཡང་དག་པར་རྩོམ་པ་དང་། གཞུང་རྒྱས་པའི་མཆོན་  
ཉིད་དང་། བསྐྱུས་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཆོད་པར་  
བརྗོད་པ་དང་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བཤོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྐྱེད་  
པའི་སྒྲོན་ས་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་དང་། ཕྱག་འཆེལ་པའི་སྒྲོན་ས་མཆོད་པར་  
བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་པའི་སྦྱོན་པའི་བྱ་དྲན་ས་བླ་ན་ས་འོག་  
མིན་བར་རམ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་ན་གཤམ་སོ། །གཟུགས་མེད་ནའང་དང་པོ་  
གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་ན་གནས་པའི་ཆོ་གསལ་པའི་ས་པོན་རྒྱུད་ན་ཡོད་པས་  
སོ། །དུམ་པའི་ཆོས་བདེན་བཞི་སྟོན་པའི་སྦྱ་མུ་སྟེགས་བྱེད་གྱི་རི་དྲུག་ས་སྒྲག་  
ཅིང་སྒྲལ་བཟང་མེད་ཕྱག་ལྷ་བྱུང་ག་སྟེད་པར་བྱེད་པས་སེང་གའི་སྦྱ་བསྒྲགས་  
པར་མཛད་དེ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་མདོན་སྦྱུང་ཏུ་མཁྱེན་པ་ལྟར་རྟོགས་གྱི་  
ཆོས་དགོན་མཆོག་གི་མཛོད་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་འཁོར་ཏུ་བརྟེན་པའི་  
ཞབས་ལ་ཆོངས་པ་དང་དབང་པོ་སོགས་གྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུས་གཏུགས་ཏེ་  
ཕྱག་བྱས་པའོ། །ཡང་ན། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་དགོངས་པ་རོམ་ཉམ་  
པ། ལྟར་རྟོགས་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་མཁྱེན་པ། འཕགས་པའི་  
གཏུང་རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་འབྱུང་གནས་ཏེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཛོད་བརྟེན་  
པའོ། །སྤངས་པ་ནི། སྦྱག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོག་གཏིང་དང་པོ་ལ་གྱི་མཐུའ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལས་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་གཙོ་བོ་དེ་ལ་ སྦྱི་བོས་ཕྱག་འཆེལ་

ཏེ་ཞེས་སྒྲོག་ཐུག་གིས་ཕྱག་འཆའ་བའང་བསྐྱུས་པར་བརྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་  
ནི། ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གསུང་རབ་ལུང་སྟེ་བཞི་ནི་བསྐྱེད་གཞི་དགོན་  
མཆོག་ཡིན་ལ་དེའི་སྟོང་སོ་ཐར་མདོ་འདི་ཉན་ཐོས་འཕྲགས་པའི་ཆོག་གསུ་  
དབྱས་སྟེ་དབྱེ་ཞིང་གཏོན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སྐྱང་སྐྱོང་བའི་མཆོན་ཉིད་ལ་གསུམ་སྟེ་སོ་སོར་ཐར་པའི་ཆེ་བ་བརྟེན་  
པ། ཆོག་གསུ་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ། སོ་སོར་ཐར་པ་སྐྱབ་པར་གདམས་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོ་འདིའི་འབྲས་བུ། ཆོ་ཕྱི་མའི་འབྲས་བུ། སོ་  
སོར་ཐར་པ་ལ་སྟོན་པ་དང་འབྲ་བར་བརྟེན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུ་  
གྱི་ལེགས་གསུང་འདུལ་བ་སྟེ་བཞི་གངས་ཆེན་མཆོ་ལྷ་བུ་གཏིང་མཐུ་མེད་  
པ་ཐམས་ཅད་གྱི་བརྟེན་བྱར་གནས་པའི་སྟིང་དྲང་སྟིང་པོ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་  
འདི་ཡིན་ནོ། །སོར་མདོ་འདི་ནི་དམ་པའི་ཆོག་གསུ་རྒྱལ་པོ་ཡི་མདོ་སོགས་ཆོས་  
ཀྲུ་གྱི་ནི་འདྲེན་པ་མཆོག་ཡིན་ཏེ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཀྲུན་འབྱུང་བས་སོ། །  
འདི་ནི་དགོ་སྟོང་ཆོང་པའི་ཆོག་གསུ་བསྐྱེད་བརྟེན་ནས་པར་བཀོད་པའི་ཆོང་  
ཁང་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ་འདི་ནང་བསྐྱབ་པ་ཀྲུན་ཆུང་བས་སོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་  
བ་སྐྱལ་གདུག་པ་ལྷ་བུ་སྟོན་པ་རྣམས་གྱི་གདུག་པ་དུག་དང་འབྲ་བའི་ལྷང་  
བ་རྣམས་སེལ་བའི་སྟོན་འདི་ཡིན་ཏེ་ལྷང་བ་ཞི་བར་བྱེད་པས་སོ། །འདི་ནི་  
ལང་ཆོ་དང་བག་མེད་གྱི་རྒྱགས་པས་རྣམ་པར་འབྱུལ་བའི་རྟེན་གཉིས་བྱ་བ་  
དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མི་ཤེས་པའི་གྲང་ཆེན་གཞོན་ནུའི་ལྷགས་རྒྱ་ཡིན་ཏེ་བག་

མེད་ལས་བསྐྱོག་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། མཆོ་བས་ཟབ་པའི་འཁོར་བ་ལས་  
སྐྱོལ་བའི་རྒྱལ་ཐབས་སོར་མདོ་འདྲི་ཡིན་ཏེ་ཟག་མེད་འབྱུང་བས་སོ། །འདྲི་  
ནི་བཟང་འགྲོ་ལྟ་མིར་འགྲོ་བ་ཡི་དེས་པའི་ཆུ་ལོན་དང་ཟམ་པ་ཡིན་ཏེ། དན་  
འགྲོའི་ཆུ་བསྐྱོག་ཅིང་བདེ་འགྲོའི་ལམ་ཡིན་པས་སོ། །འདྲི་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་  
གཡུལ་ཕམ་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཏེ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་འཕགས་པའི་རྒྱལ་པོ་  
ཡི་ནི་གསུང་རྒྱ་རྒྱལ་བའི་འདྲེན་པ་སྟོན་པོ་མཆོག་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་  
ལམ་འདྲེན་པར་བྱེད་པས་སོ། །འདྲི་ནི་ཐུང་པའི་གོང་ཁྱེད་དུ་འཇུག་པའི་ཐེམ་  
སྒྲིལ་གྱི་གཉི་རྟེན་དང་འདྲུ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ་ལམ་ཀུན་གྱི་གཞི་ཡིན་པས་  
སོ། །གསུམ་པ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་ནི་ལྷ་ག་མེད་དུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་  
པར་བྱུང་བས་ན་སོ་ཐར་འདྲི་ནི། དག་སྟོང་ཁྱེད་ནམས་ཀྱི་སྟོན་པའི་ཞེས་  
རང་བྱུང་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་གྲུས་པ་དང་བཅས་པར་ནན་ཏན་གྱིས་དག་  
སྟོང་ཆོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་བསྟོན་དོ། །

གཉིས་པ་ཆོགས་ཀྱི་ལམ་འབྲས་སུ་དང་བཅས་པ་ལ་གསུམ་ཏེ། ཆོགས་ཀྱི་  
ལམ་དཀོན་པ། ཆོགས་ཀྱི་ལམ་རྟེན་པ། རྟེན་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །དང་  
པོ་ནི། ཆོགས་ཀྱི་ལམ་དེ་ལ་བརྩམས་ཡོད་དེ། གཞན་འབྱོར། རང་འབྱོར།  
དག་བའི་ཆོས་ལ་འདུན་པ། རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྟོན་པ། དབང་པོ་སྟོན་པ། ཟས་  
ཀྱི་ཆོད་རིག་པ། ནམ་གྱི་ཆསྟོང་སྤང་ལ་མི་ཉལ་བར་རྣལ་འབྱོར་བརྩོན་པ།  
ཤེས་བཞིན་དུ་སྟོན་པ། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ། ཆོས་ཉན་ཅིང་

སེམས་པ། བར་ཆད་མེད་པ། གཏོང་བ་སྒྲེལ་བ། དགོ་སྒྲོང་གི་རྒྱུ་ནོ། །  
 མདས་རྒྱས་ཞེས་བྱའི་སྒྲུ་འདི་ཙམ་ཡང་འདི་གཉེན་དག་ན་རབ་ཏུ་དགོན་ལ།  
 རང་འབྱོར་མི་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་རྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་དགྲ་ལ་ཁིང་རྟེན་ནས་ཀྱང་བསྟན་  
 པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཤིན་ཏུ་དགོན་ཏེ་ཆོས་ཐོས་ཤིང་དང་པོ་ཐོབ་པ་དགོན་པས་  
 མོ། །དེ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཚུལ་བྲིམས་མ་ཉམས་པ་ལུན་  
 གྲུ་མ་ཆོག་པ་རབ་ཏུ་དགོན་ནོ། །ཚུལ་བྲིམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་གྱུར་ཀྱང་  
 གྲོགས་བཟང་པོ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སོགས་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དགྲ་ལ་འོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། འདི་གཉེན་དུ་མདས་རྒྱས་འབྱུང་བ་དང་། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་།  
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་ལུན་གྲུ་མ་ཆོག་པ་དང་། གྲོགས་བཟང་  
 པོ་རྟེན་པར་དགྲ་ལ་བ་རྟེན་པར་གྱུར་ནས་སོ་ཐར་ལ་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་སོ། །  
 གསུམ་པ་ནི། སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་མཁས་པ་བདུག་ལ་ལེགས་པར་འདོད་  
 པ་ཆོག་པ་གྱི་ལམ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་ཞིང་དེ་དག་སྒྲོར་ལམ་དུ་བྱེད་པ་སོགས་  
 འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་སྒྲུམ་བཙོན་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོར་  
 ཐར་པ་མཉམ་པའི་ཐྱིར་ནི་འབད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་སོ་སོར་ཐར་པ་སྒྲུབ་  
 པར་གདམས་པ་ནི། དགོ་སྒྲོང་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུལ་བ་རྟེ་བ་སྒྱུང་  
 བ་གནས་སྒྲུབས་ཀྱན་ཏུ་དབང་པོ་དུལ་ཁིང་མདས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སོན་པ་  
 ལས་མི་འགྱུར་བར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དེས་པར་ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་  
 སོར་ཐར་པ་རྟག་ཏུ་མི་ཉམས་པར་སྒྱུངས་དགོས་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མྱང་འདས་

ཐོབ་པས་སོ། །གསུམ་པ་ཡང་དག་པར་རྩོམ་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟུན་ཏེ།  
 སོ་སོར་ཐར་པ་རྟེན་པར་དགའ་བ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་འབྱུང་བ་བདེ་བ།  
 དག་པའི་བཤེས་གཉེན་བརྟེན་པ་བདེ་བ། སྤྲིག་གྲོགས་སྤངས་པ་བདེ་བ། དག་  
 པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བྱང་པར་ལ་བརྟེན་པ་བདེ་བ། ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་བདེ་བ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་བདེ་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། བསྐྱལ་བ་བྱེད་པ་རྣམས་སྤྲུལ་ཡང་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་སོ་སོར་  
 ཐར་པ་རྣམས་ཐོས་པ་དང་ཡིད་གྱིས་གཞུང་བ་དང་ཆོག་དང་དོན་སློལ་འཛིན་  
 པ་རྟེན་པར་དགའ་སྟེ། རྣམ་གསུམ་པས་ཀྱང་ནན་ཏན་གྱིས་སྐྱབ་པ་ཡང་ཤིན་  
 ཏུ་རྟེན་པར་དགའ་སྟེ། བསྐྱལ་པར་ཡང་རང་གཞན་གྱི་འཕྲོར་པ་རྟེན་དགའ་བས་  
 སོ། །གཉིས་པ་ནི། ལངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་བདེ་སྟེ། རྣམ་  
 གྲོལ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་སོ། །དེས་ཆོས་བསྟན་པ་ཡང་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་བདེ་བའི་  
 རྒྱ་ཡིན་པས་སོ། །དག་འདུན་ལྟ་བ་དང་ཆོག་མཐུན་པ་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་བདེ་བར་འགྱུར་པས་སོ། །དག་འདུན་མཐུན་པ་རྣམས་  
 གྱི་བསྐྱབ་གསུམ་ཉམས་ལེན་གྱི་དགའ་བྱུང་ཡང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། འཕགས་པ་དབྱ་བཙོམ་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་འམ་བཤེས་གཉེན་དུ་  
 བརྟེན་བྱར་བདེ་ལ། སོ་སྤྱི་རྣམ་པ་དྲག་དང་འགྲོགས་པ་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
 དང་སྤྱི་མའི་བདེ་བ་ལྟན་སྤྲུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་སོ། །བཞི་པ་ནི། སོ་  
 སྤྱི་བྱིས་པའི་གྲོགས་པོ་རྣམས་ནི་སྤངས་ནི་སྤངས་ནས་མ་མཐོང་ནུ་རྟག་དུ་བདེ་

བཞི་དུ་འགྱུར་ཏེ་དེས་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་བྱེད་བསམསོ། །ལྟ་བུ། རྩལ་བྱིམས་  
 དང་ལྷན་པ་མཐོང་བ་ནི་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གཞོན་ལས་ལོག་བས་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མང་དུ་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་མཐོང་བ་ནི་བདེ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། ལྟ་བུ་སོགས་དང་ཐེ་ཚོམ་བསལ་བསམསོ། །ཡུང་སྤྱིད་ལས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་ཡི་དགྲ་བཙུམ་པ་དྲག་མཐོང་བ་བདེ་སྟེ། དག་ལེགས་ཀྱི་བསམ་  
 པ་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དྲག་པ་ནི། དཔེར་ན་འཕྲག་རྟོགས་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་ཁྲུང་ལ་ཉེ་བར་སྤྱད་པ་བདེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་  
 ལམ་ནས་རྣམ་གྲོལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། ཆོགས་སྦྱོར་དུ་ཆོས་ལ་  
 གོམས་པའི་སྒྱུ་རྩེ་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་དེས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་ཐོབ་པས་སོ། །  
 ཟག་མེད་གྱི་ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ་མཐོང་བསྐྱོམ་གྱི་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་ཐོབ་པས་སོ། །དེ་ཉི་མུམ་པའི་ད་རྒྱལ་ཟུང་པའི་དགྲ་བཙུམ་པ་  
 བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། བམས་གསུམ་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་སོ། །བདུན་པ་  
 བེ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ངེས་པར་བྱས་ཤིང་དབང་པོ་བྱལ་བ་དག་དྲགོན་པ་  
 སྦྱེས་པའི་འདུ་ལོང་ཞིབ་རྣམས་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྣམ་པར་གྱུར་  
 པ་དང་སྟེ་སྦྱོད་ཀྱང་མུང་དུ་ཐོས་པ་གང་ཞིག་རྣམས་ཀྱི་ནང་དྲག་ཏུ་ལང་ཆོ་  
 ཡོལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པ་དེ་ནི་འདི་ཕྱི་ཀྱན་ཏུ་བདེ་ལོ། །བཞི་པ་གཞུང་རྒྱས་  
 པའི་མཆན་ཉིད་ལ་གཉིས་ཏེ། དུས་དང་པོར་བྱ་བ་དང་། མདོ་གཞོན་པ་དངོས་  
 མོ། །དང་པོ་ལ་དྲག་སྟེ། སོ་སོར་ཐར་པ་ལ་རྣ་བ་མི་གཏོད་པའི་ཉེས་དམིགས།

མི་འདུ་བ་དགག་པ། མཆོད་ཅིང་ལུང་དཔོག་པ། ཡང་དག་པར་སྐྱབ་ཏུ་  
གཞུག་པ། སྐྱབ་པའི་པན་ཡོན། མ་སྐྱབ་པའི་ཉེས་དམིགས་སོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས་ཏེ། དགོས་པ་དང་ལྡན་པའི་དུས་བརྗོད་པ། རྒྱ་བ་མིག་དང་པའི་ཉེས་  
དམིགས་དངོས་དང་འབྲེལ་བར་བསྐྱབ་པའི་གནས་ལ་གདམས་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་ཅིས་སྟན་པའི་ཆོག་གིས་བོས་ནས། མོ་ག་ཞེས་  
པ་ནི་དུས་མཆོའི་བ་སྟེ་གསོ་སྦྱང་གདོན་པའི་དུས་དེ་ལ་དགུན། དགུན་སྦྱང་།  
དབྱིད་སོགས། དབྱར། རྩོན་དང་དུག་པོ་གང་གི་ཆོ་གསོ་སྦྱང་འདོན་པ་དེ་ཡི་  
ཆོ་མིང་ནས་སྦྱོས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམས་ཞེས་པ་ནི་དུས་ཆོགས་རེ་ལ་ལྷ་  
ཐུང་བཞི་ཡོད་པ་ཤེས་པའི་ཆེད་དོ། །ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་དགུན་རྣམས་ཀྱི་  
སོགས་སྦྱར་རོ། །སྟོན་ལྷ་ཐ་ཆུང་ནས་དགུན་ར་ཉ་ཡི་བར་དང་དགུན་སྟོད་ཀྱི་  
དང་པོ་སོགས་སོ། །ལྷ་བ་འདས་པ་དང་ལྷ་བ་ལྷག་མ་ཅི་ཅམ་པ་དེ་ཅམ་མོ་  
ཞེས་དགུན་ལྷ་བ་ལ་དུས་བཞི་སྟེ། ཐ་ཆུང་གི་སྟོད། དགུན་རའི་ཉ་སྟོད། འབྲིང་  
ཉའོ། །དེ་ཡང་སྟོན་ཐ་ཆུང་གི་གནས་སྟོད་གི་ཆོ་ཆོ་དང་ལྡན་པ་དག་སང་  
གི་སྐྱ་རེངས་ཤར་བ་ན་དགུན་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་གཉིས་ལས་ཐུང་ནི་འདས་ལ་  
ཐུང་དང་གཉིས་ནི་ལུས་སོ། །ཞེས་དང་། དགུན་རའི་ཉ་ལ་ཆོ་དང་ལྡན་པ་  
དག་དགུན་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་གཉིས་ལས་གཅིག་ནི་འདས་སོག་ཅིག་ནི་ལུས་སོ། །  
དགུན་རའི་སྟོད་ལ་ལྷ་བ་གཉིས་ལས་ཐུང་དང་གཉིས་ནི་འདས་ལ་ཐུང་ནི་ལུས་  
སོ། །དགུན་འབྲིང་ཉ་ལ་དགུན་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་གཉིས་ཏེ་ལྷག་མ་མ་ལུས་སོ། །



ཞེས་སོགས་སོ། །དེ་ལྟར་དུས་བརྗོད་པས་ཐ་སྙད་ལ་མ་ཁས་པ་དང་། ཆོ་སོང་  
 བ་སེམས་ལ་བཞག་པ་དང་། འཁོར་བ་ལ་སྒྲི་ཞིང་དག་བ་ལ་བརྩོན་པ་དང་  
 གསོ་སྦྱང་གི་ཉི་མ་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་  
 དྲག་ལང་ཆོ་འཛོམས་པས་རྒྱ་བ་དང་ལུང་པོ་འགག་པས་འཆི་བ་མདོན་པར་  
 འོང་ཞིང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ཡང་དུས་དེ་ལྟར་སོང་ནས་མཐར་ཁྱིམ། རླུང་  
 བ་ཉམས་པས་འཛིག་པར་འཁྱུར་བས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲག་གིས་བྱང་དོར་  
 ལ་གཞོབ་པའི་བཀ་ཡོད་པས་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱུང་། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་  
 དགྲུ་བརྩོམ་པ་ཡང་དྲག་པར་རྫོགས་པའི་སྐངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་  
 གཞན་ཡང་གང་དྲག་ཅིས་བྱང་ཆུབ་དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པའི་ལམ་དག་པའི་  
 ཆོས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དྲན་ཉི་སོགས་སོ་བདུན་པོ་རྣམས་ཀྱང་བཀ་ཡོད་པས་  
 འཕྱོལ་པོ། །དེ་དག་གིས་མདོ་གདོན་པ་ལ་རྣ་བ་མི་གཏོད་ན་ཆོ་འདས་པ་དང་  
 རྒྱ་ཤི་འོང་བ་དང་། བསྟན་པ་འཛིག་པའི་ཉེས་དམིགས་ཡོད་པས་རྣ་བ་གཏོད་  
 ཅིང་བཀ་ཡོད་པས་དག་ཆོས་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ་ཞེས་བསྟན་དོ། །གཉིས་པ་  
 བེ། བརྩོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དག་འདུན་ནི་ཡིད་ཀྱི་དོན་ལྟར་བ་དང་།  
 ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་ལྟར་བ་ཡིན་པས་གསོ་སྦྱང་ལ་འདུ་བ་ལས་གཞན་པའི་དག་  
 འདུན་གྱིས་ཐོག་མར་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་སྒྲོན་དུ་གལ་ཆེ་བ་ཅི་ ཡོང་ཆོ་དང་ལྷན་  
 པ་དྲག་དག་སྦྱོང་མཚམས་ན་གནས་པ་ཁ་སྐོང་འོས་པ་གསོ་སྦྱང་གི་གནས་སུ་  
 མ་ལྷགས་པ་རྣམས་ལ་འདུན་པ་དང་ཡོངས་སུ་དྲག་པ་དྲིས་ཤིག དྲིས་ནས་

ཀུང་དགོ་སྒོང་ལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །འདུན་པ་དང་ཡོངས་སུ་དག་པ་སྤུལ་བ་  
 ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། དང་པོའི་དགོ་འདུན་གྱི་ལས་ལ་མ་འདུས་པས་  
 མི་མཐུན་པའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་ལ། གཉིས་པས་འབུལ་པོ་རང་ཉིད་གྱི་ལས་  
 བྱེད་པར་འགྱུར་པས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། ཤུག་མེད་གོ་དྲི་ལ་ནི་སྒོར་མོ་བརྩ་  
 ཡི་ཐུལ་མོ་སྒྱུར་དྲེ་སྒོ་སྒོར་ཐར་པ་གདོན་པ་ལྷ་པོ་གདོན་པར་བྱ་ཡིས་སྒོབ་མ་  
 གཏུལ་བའི་དོན་དུ་སྒྱུད་པ་པོའམ་གདོན་པ་པོ་དྲེ་ལས་ཉོན་ཅིག་ཅིས་པའོ། །  
 བཞི་པ་ནི། སོ་ཐར་སོས་ནས་དྲུང་སྒོང་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་དེ་ཡིས་རི་རྒྱུད་  
 གསུངས་པ་བཞིན་དུ་སྒྱུབ་པར་བྱ་ཞིང་རང་བཞིན་གྱི་མི་དགོ་བ་མ་ཟད་བཅས་  
 པའི་ཁ་ན་མ་སྒོ་བ་སྒྲ་བ་རྣམས་སྒྲངས་པ་ལ་བརྩན་ཅིང་འབད་པ་ལྟར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་དུ་གྱིས་ཤིག དགོ་བའི་ཕྱོགས་ལ་རྟག་དུ་འབད་པས་ལྷག་གིས་བདེའ་  
 དགོས་པ་ཡི་སེམས་གྱི་རྟ་དགོ་བའི་ཕྱོགས་སུ་ཁ་སྒྲུན་པར་དགའ་བ་ལ། བཅོས་  
 སུ་རུང་བས་མཐུན་པའི་རྒྱེན་དུ་འཆོམས་པས་གཟེར་རྫོན་བརྒྱུ་པ་ཡི་སྤྱབ་ནི་  
 སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདྲི་ཡིན་ནོ། །ལྷ་པ་ནི། བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་ཆེ་བའི་  
 བདག་ཉིད་གྲང་དྲག་ཆད་ལས་ལ་མི་ལྟོས་པར་དག་ཅོམ་གྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 པ་ལས་སྒྲིག་ཅིང་བསྐྱབ་པའི་མཆོམས་ལས་མི་འདའ་བ་དེ་དག་ནི་མི་རྟ་བཟང་  
 པོ་དང་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་གཡུལ་ལས་ངེས་པར་རྒྱལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །དུག་པ་ནི། ལྷ་སྟེགས་སོགས་སུ་ལྷ་སོ་ཐར་གྱི་སྤྱབ་འདྲི་མེད་པ་  
 དང་ནམ་དུ་འདྲ་བསྐྱབ་པ་འདོད་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་དག་ཉོན་མོངས་གཡུལ་

གྱིས་དགྲུགས་ནས་སེམས་ནི་བར་འདྲོག་པ་དང་བུལ་ནས་འཁོར་བར་རྒྱུ་  
 བར་འབྱམས་པར་འགྱུར་པོ། གཉིས་པ་མདོ་གདོན་པ་དངོས་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 དགེ་འདུན་ཐུགས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་གསོལ་བའི་ལས་བྱ་བ། མདོ་གདོན་པ་  
 དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། དགེ་འདུན་བཙུན་པ་རྒྱམས་གསལ་པ་སྟེ་སྟོན་གཏང་  
 ཏུ་གསོལ། དྲིང་དགེ་འདུན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་གསོ་ཞིང་རྟོག་པ་སྦྱོང་བས་ན་གསོ་  
 སྦྱོང་སྟེ། ཞི་མཐུན་གཉིས་ལས་འདིར་མཐུན་པའི་གསོ་སྦྱོང་ལ་ལྟ་ལས་བརྩ་  
 བཞི་པ་འམ་བཙུན་ལྟ་སྟེ་གྲུ་ལ་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་གི་དྲན་ལ་བུ་བཙུང་  
 གསོ་སྦྱོང་བྱ་བར་བཞེད་ན་དགེ་འདུན་གྱིས་ཚིག་བཅད་མི་སྒྲིབ་སེམས་གནད་བར་  
 མདོ་དེའི་གདོང་དེང་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་མདོ་དེ་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་  
 གདོན་པ་ལྟ་པོ་སྦྱང་གཞི་དང་། ཡམ་པ་དང་ལྷག་མ་དང་། མ་དེས་པ་དང་།  
 རིལ་གྱིས་གདོན་པ་དག་གདོན་ཏེ། །འདྲི་ནི་གསོལ་པ་འབའ་ཞིག་པའོ། །སྦྱིར་  
 ལས་བརྩ་ཅུ་གཅིག་ལས། གསོལ་བའི་ལས་ཉེར་བཞི། གསོལ་པ་དང་གཉིས་  
 གྱི་ལས་བཞི་བརྩ་ཞེ་བདུན། གསོལ་བཞིའི་ལས་སུམ་ཅུའོ། །དེ་ལས་འདི་  
 གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་ལས་ཉེར་བཞིའི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན། ཞེས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། མཇུག་བསྟུ་བའོ། །དང་  
 པོ་ལ་ལྟ་སྟེ། སྦྱང་གཞི་གདོན་པ། ཡམ་པ་གདོན་པ། ལྷག་མ་གདོན་པ། མ་  
 དེས་པ་གདོན་པ། རིལ་གྱིས་གདོན་པའོ། །དང་པོ་ལ་དུག་སྟེ། སྦྱིང་གཞི་རྒྱུ་  
 བར་བཞག་པའི་ལུང་དཔོག་ སྦྱིང་གཞི་རྒྱུ་པར་བཞག་པའི་ཐབས་བསྟན།

མ་དག་པའི་ཉེས་དམིགས། དག་པའི་ཕན་ཡོན། མཐུག་བསྐྱབ་པ། རྣམ་བཞག་  
བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཆོ་དྲང་ལྷན་པ་དག་བདག་ཅག་མཐུན་པའི་གསོ་  
སྦྱོར་བྱ་སྟེ་རྣམ་པ་གང་གིས་ན་སོ་སོར་བྱར་པའི་མདོ་གདོན་པ་ལྟ་བུ་གདོན་  
གྱི་དེས་ན་ཉན་པའི་འཁོར་བྱེད་ཅག་སྐྱུ་ལ་ལྟར་བ་ཡོད་པ་དེས་བཤགས་བསྟོམ་  
བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཐོང་ལ་ཅིག བཤགས་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་གྱི་ལྟར་  
བ་མེད་ན། བཤགས་པའི་ཆོག་ཅུང་མ་སྒྲུ་ཞིག ཅུང་མི་སྒྲུ་ན་བདག་གིས་  
ཆོ་དྲང་ལྷན་པ་དག་རྒྱུད་ཡོད་སྐྱེད་ལྟར་དག་པར་གསོ་སྦྱོར་གི་སྦྱོར་དུ་རིག་པར་  
བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྟེན་ལྗང་ཏེ་དཔེར་ན་གསོ་སྦྱོར་གི་ཆོ་བཤགས་ཡུལ་དང་  
འཆགས་པོ་གཉིས་ལས་བཤགས་ཡུལ་གྱིས་མཐོང་ངམ་སྟོམ་མམ་ཞེས་སོ་  
སོར་དུས་ནས་འཆགས་པོ་དགེ་སྦྱོར་གིས་མཐོང་ལགས་སོགས་ལན་བཏུབ་  
བ་དེ་བཞིན་དུ་གསོ་སྦྱོར་ཉན་པའི་དགེ་སྦྱོར་གི་འཁོར་འདྲི་ལྟ་བུར་ཡང་ཅི་འདྲི་  
ལ་བྱེད་རྣམས་ཡོད་སྐྱེད་ལྟར་གསུང་གསུང་ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བསྒྲགས་པར་  
བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི། ཡང་དགེ་སྦྱོར་གང་གསོ་སྦྱོར་ཉན་པའི་དགེ་  
སྦྱོར་གི་འཁོར་འདྲི་ལྟ་བུར་ཡང་སྐྱར་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བསྒྲགས་པ་ན་  
ཐིམ་མ་བཅོས་པའི་ལྟར་བ་ཡོད་ལ་དྲན་བཞིན་དུ་མི་མཐོང་ན་དེ་གིས་བཞིན་  
དུ་སྒྲུབ་པའི་ལྟར་བ་ཉེས་བྱས་སྐྱེད་ལྟར་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོ་དྲང་ལྷན་པ་དག་གིས་  
བཞིན་དུ་རྒྱན་དུ་སྒྲུབ་པ་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདྲས་གྱིས་མངོན་མཐོ་ངེས་ལགས་ལ་  
བར་དུ་གཙོད་པའི་ཆོས་སྐྱེད་གསུངས་སོ། །བཞི་པ་ནི། དེ་བས་ན་དགེ་སྦྱོར་

གྲང་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་ནམ་པར་དྲག་པར་འདྲོད་པས་ལྷུང་བ་ཡོང་ལ་དྲུག་ཞིང་  
མཐོང་བ་དེ་བཤགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཐོལ་བར་བྱེད། །མཐོལ་ན་དེ་  
མདོན་དེས་གྱི་བདེ་བ་ལ་རྟེན་པར་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །མ་མཐོལ་མ་  
བཤགས་ན་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་ནི། ཆེ་དང་ལྷན་པ་དྲག་བདྲག་གིས་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་གདོན་པ་འི་  
རྒྱ་སྐྱེད་གཞི་བཏོན་ཟིན་ཏོ། །དྲུག་པ་ནི། སྐྱེད་གཞི་བཏོན་པ་དེ་ལ་འདོན་པ་  
པོ་བདྲག་གིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་དྲག་ལ་ཅི་གསེསྐྱེད་འདྲི་ལ་ཉན་པ་པོ་བྱིད་རྣམས་  
ལྷུང་བ་མ་བྱུང་ཞིང་མ་བཅའ་བས་ཡོངས་སྤྱད་དག་གམ་ཞེས་དྲིའོ། །འདྲི་དྲི་  
བ་དང་པོའོ། །ཅི་འདྲི་ལ་བྱིད་རྣམས་ཡོངས་སྤྱད་དག་གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་  
ལན་གསུམ་དུ་དྲིའོ། །ལན་གསུམ་དྲི་བའི་དགོས་པ་ཉུང་ན་མི་ཐོས་མི་དྲན་  
མང་ན་དུས་ཡེལ་བས་སོ། །འདྲི་ལ་ཆེ་དང་ལྷན་པ་དྲག་ཡོངས་སྤྱད་དག་ན་  
འདྲི་ལྟར་ཅད་མི་སྤྱོད་པས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏོ། །གཉིས་པ་ཕམ་པ་གདོན་  
པ་ལ་དྲུག་སྟེ། སྒྲོམ་གྱི་མདོར་བསྟན། ཕམ་པ་གདོན་པའི་ལུང་དཔོག་ སོ་སོའི་  
མཆན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད། མཐུག་བསྟུ་བ། མ་དག་པའི་ཉེས་དམིགས།  
རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་ཉེ་བ་འཁོར་གྱིས་འདུལ་བ་  
བསྟུས་པའི་ཆོ་སྒྲོམ་གསུམ་དུ་བསྟུས་ཏེ། སྦྱི་སྦྱེམ། དངོས་སྦྱེམ། བར་སྦྱེམ་  
དུའོ། །དང་པོ་སྦྱི་དོན་ཆོགས་བཅད་དུ་བསྟུས་པ། དཔེར་ན་ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་སྦྱི་  
དོན་ཆོགས་བཅད་དུ་བསྟུས་པའི་སྦྱི་སྦྱེམ་ལ། ཤེས་བཞིན་དང་ནི་ས་བོན་དང་།

ཞེས་སོགས་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་དངོས་དོན་ཚིག་བཅད་དུ་བསྟུས་པ་ཁུ་བ་  
 འཛིན་པ་འཁྲིག་ཚིག་བསྟེན་བཀུར་སྟུན། ཞེས་སོགས་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་  
 བར་སྟོམ་འཕྲོས་དོན་ཚིགས་བཅད་དུ་བསྟུས་པའོ། །དེ་ལས་ཕམ་པ་འདི་དངོས་  
 དོན་སྟོམ་དུ་བསྟུས་པ་ལ། མི་ཚངས་པ་སྟུང་བ་དང་། རྒྱ་བ་དང་། མི་ལ་  
 གསལ་དཔར་མི་བྱ་བ་དང་། རྩལ་དུ་སྦྲོ་བ་དང་བཅས་པ་ཡི་མི་བྱ་བའི་ཚེ་བཞི་  
 ཕམ་པ་གཏོན་པའི་སྐབས་འདྲིར་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། འོ་ན་འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོང་ཡི་གེར་མི་འབྲི་བ་ཡིན་ན་ཕམ་པ་བཞི་  
 ཡོད་པར་ཅི་ཤེས་ཞེན། ཚེ་དྲང་ལྷན་པ་དྲག་ཕམ་པར་འགྱུར་བའི་ཚེས་བཞི་  
 པོ་འདྲི་དྲག་ནི་རྩ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་འདུལ་བ་འཛིན་པ་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་  
 གཏོན་པའི་ཚེ་དག་ལས་འབྱུང་དོ། །གསུམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མི་ཚངས་པ་སྟུང་  
 བའི་ཕམ་པ། མ་བྱིན་པ་ལེན་པའི་ཕམ་པ། གསོད་པའི་ཕམ་པ། རྩལ་དུ་སྦྲོ་  
 བའི་ཕམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཡང་བཟང་སྦྱིན་དང་དགོ་སྟོང་དགོན་པ་བ་ལྟ་  
 བའི་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བ་དགོ་སྟོང་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་རྣམས་དང་  
 ལྷན་ཅིག་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟུན་པ་སོར་མདོ་གཏོན་པ་མཉམ་པའི་སྒོ་ནས་བསྟུན་  
 པ་མཚུངས་པར་གྱུར་བས་བསྟུན་པ་ལུལ་ན་ལྟར་བམེད་པས་བསྟུན་པ་མ་  
 ལུལ་བསྟུན་པ། ཉམས་ན་ལྟར་བམེད་པས་བསྟུན་པ་ཉམས་པར་མ་བྱས་  
 པར་གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྟུང་པའི་མི་ཚངས་པ་སྟུང་བ་འཁྲིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཚེས་བཞི་ནོ། མིར་མ་བཟང་ཐར་ན་སྦྲོ་མོ་ལྟ་བུ་དུང་འགྲོའི་སྟེ་གནས་སྟེ་སྟེས་

པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཀྱང་རུང་སྟེ་དགོ་སྟོང་དེ་པམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱིས་དེ་དང་  
 ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་ལོངས་སྟོང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་མི་བྱའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། ཡང་ནོར་ཅན་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གྲང་ཡང་རུང་པ་མི་ཡི་འགོ་བ་གཞན་  
 དག་གི་གོང་སྟེ་ར་བའི་ནང་ན་འདུག་པ་ལམ་དགོན་པ་སྟེ་ར་བའི་བྱིན་འདུག་  
 པ་སྟེས་པ་སོགས་གྱིས་མ་བྱིན་པར་རྒྱ་བའི་གྲངས་སྟུ་གཏོགས་པ་མ་ཤ་ག་  
 ལ་ལྟ་བུ་བྱུངས་ན་ཅི་ཅུ་མ་བྱིན་པར་བྱུངས་པས་དགོ་སྟོང་དེ་རྒྱལ་པོ་ལམ་སྟོན་  
 པོ་ཆེན་པོས་བཟུང་ནས་དགོ་སྟོང་དེ་ལ་འདྲི་སྐད་ཅེས་ཀྱི་མི་བྱེད་ནི་འཇལ་  
 ལུས་ལེན་པའི་རྒྱན་མའོ། །ལེགས་ཉེས་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པའོ། །ལུང་སོག་  
 པ་མི་ཤེས་པའི་བྱུན་པའོ། །མཐུས་རྒྱ་བའོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་གསོད་དམ་ལུགས་  
 སྟོག་སོགས་གྱིས་འཆིང་དམ་ཡུལ་གཞན་ཏུ་སྒྲུགས་ཀྱང་རུང་སྟེ། དགོ་སྟོང་  
 དེ་ལྟར་མ་བྱིན་པར་ལེན་ན་དགོ་སྟོང་དེ་ཡང་པམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱིས་དེ་  
 དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཡང་དགོ་སྟོང་སྟེང་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་པས་མ་ཡི་མངལ་  
 ཏུ་སྟེ་མཆོད་དུག་དོད་པ་ཚུན་ཆོད་ཀྱི་མི་ལམ། ལུས་སྟོག་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ཅུ་  
 ཐོབ་པས་མིར་ཆགས་པ་ལ་གསོད་པར་བསམ་བཞིན་ཏུ་རང་གི་ལག་དྲར་ཏེ་སྟོག་  
 བཅད་དུ་མི་དེ་ལ་མཆོན་བྱིན་ནམ། མི་དེ་ལ་གཞན་མཆོན་སྟོགས་པ་གཉེར་རམ།  
 དེ་ཐབས་གྱིས་འཆིང་བཅུག་གམ། མི་དེ་ལ་འཆི་བའི་བསྐྱུགས་པ་བརྗོད་ཀྱང་  
 རུང་སྟེ། དེ་ལ་བསྐྱུགས་པ་ནི་འདྲི་སྐད་ཅེས་ཀྱི་མི་བྱེད་འཆོལ་སྟེ་གསོན་པ་སྟོགས་པ་

བསགས་པ་ལུས་མི་གཙང་བ་དང་པ་འདྲིས་ཅི་ཞིག་བྱ། གྱི་མི་ཁྱོད་གསོན་པ་བས་  
 ཤི་སྒོའི་ཞེས་ཟེར་ཁིང་སེམས་ཀྱི་འཆི་བར། འདྲོད་པ་དྲང་ཆོས་གོས་སོགས་སྟོབ་  
 ཏུ་རེ་བས་སེམས་ཀྱི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་དྲག་གིས་ནམ་གངས་དུ་མས་མི་དེ་འཆིར་  
 བརྟག་གམ། དེ་ལ་འཆི་བའི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་དེ་དེ་ཡང་བསྐྱགས་སོགས་ཀྱི་  
 ཚུམ་པ་དེས་འཆི་བའི་དུས་བྱས་ན། དགོ་སྒོར་དེ་ཡང་ལམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱིས་  
 གནས་པར་མི་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། ཡང་ཉ་པའི་རིགས་ཀྱི་དགོ་སྒོར་ལྟ་བུ་  
 ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བས་ཟག་བཅས་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་ཤེས་པ་ལུང་པོ་ལྟ་  
 མའོན་པར་མི་ཤེས་ཤིང་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པས་ཡོངས་སྒྲུ་མི་ཤེས་ལ་མི་ཡི་  
 ཆོས་ལས་སྒྲུ་མ་མཐུའ་ལྟར་འདས་དྲང་སངས་རྒྱས་དང་ཉན་ཐོས་འཇགས་  
 པ་དྲང་འབས་ལུང་པོ་བྱེ་བྲག་རྒྱན་ཞུགས་སོགས་བཞི་སྟོབ་པ་དྲང་། བདེན་བཞི་  
 ཤེས་པ་དྲང་། དེ་མའོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དྲང་ལྟ་མཐོང་ངོ་སོགས་དང་། ཆགས་  
 བལ་གྱི་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་སྒྱུད་པ་མེད་ལ་མེད་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་བརྒྱུར་  
 ཉེ་བདེན་བཞི་སོགས་འདི་ཤེས་སོ། །

ལྟ་སོགས་འདི་རྣམས་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཁས་འཆེས་པ་ལས་དགོ་སྒོར་དེ་ལྟར་བ་  
 ལྟར་བ་དེ་རྣམ་པར་དྲག་པར་འདྲོད་ནས་དུས་གཞན་ཞིག་ན་གཞན་གྱི་དིས་  
 ཀྱང་རུང་མ་དྲིས་པར་རང་ཉིད་ཀྱང་རུང་སྟེ་འདི་སྒྲིབ་ཅེས་ཆོད་དང་ལྟན་  
 པ་དྲག་བདག་གིས་ནི། ཡིད་ཀྱི་མི་ཤེས་པ་ཤེས་སོ་ཞེས་སྒྲུས། མིག་གིས་  
 མ་མཐོང་བ་མཐོང་ངོ་ཞེས་སྒྲུས་ཉེ་བདེན་པའི་དོན་དེ་སྟོང་པས་གསོལ་དེའི་



ས་བོན་ཙམ་ཡང་སྟོང་བས་གསོག། དེར་འདུ་ཤེས་པ་དང་ཡང་བུལ་བས་རྒྱན་  
 དུ་སྒྲུབ་སོ་ཞེས་ཟེར་ན་མདོན་པའི་ད་རྒྱལ་གྱིས་སྟོམ་པ་ནི་མ་གཏོགས་ཏེ་དགོ་  
 སྟོང་དེ་ཡང་ཕམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱིས་གནས་པར་མི་བྱུང་། །བཞི་པ་མཇུག་  
 བསྟུ་བ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་བདག་གིས་ཕམ་པར་གྱུར་པའི་ཆོས་པའི་  
 བོ་དག་བཏོན་ཟེན་ཏོ། །ལུ་པ་མ་དག་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། དགེ་སྟོང་གིས་  
 ཕམ་པ་བཞི་བོ་དེ་དག་ལས་ལྷང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱས་ན་ཐོག་མ་ཁྱིམ་  
 པའི་སྐབས་ན་སྟོམ་པ་མེད་པ་ནི་ལྟ་བར་བྱིས་ལྷང་བ་དེ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཀྱང་  
 དེ་བཞིན་དུ་ཕམ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་དགེ་སྟོང་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་  
 པ་དང་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་ཡོངས་སྟོང་དུ་མི་དབང་གིས་གནས་པར་མི་བྱུང་། །  
 དུག་པ་རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་པ་ནི། དེ་ལ་བདག་གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་  
 ལ་ཅི་འདྲི་ལ་བྱིད་ཡོངས་སྟུ་དག་གམ་ཞེས་དྲིའོ། ཅི་འདྲི་ལ་བྱིད་རྣམས་  
 ཡོངས་སྟུ་དག་གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་དྲིའོ། །འདྲི་ལ་ཆོ་དང་  
 ལྷན་པ་དག་ཡོངས་སྟུ་དག་ན་འདྲི་ལྟར་ཅང་མི་སྒྲུབ་ས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་  
 ཏོ། །གསུམ་པ་ལྷག་མ་གཏོན་པ་ལ་བདུན་ཏེ། སྟོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན།  
 ལྷག་མ་གཏོན་པའི་ཡུང་དཔོག་ མོ་སེའི་མཆན་ཉིད། འཇུག་བསྟུ་བ། རྣམ་  
 བཞག་བསྟན་བ། བྱིར་འཆོས་པའི་རྩལ། རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་པའོ། །དང་  
 བོ་ནི། དགེ་འདུན་ལྷག་མའི་ཆོས་བཅུ་གསུམ་སྟོམ་དུ་བསྟུས་པ་ལ། སྟུ་བ་  
 འཁྱེན་པ་དང་། འཛིན་པ་སྟེ་རེག་པ་དང་། འཁྱིལ་ཆོག་སྟུ་བ་དང་། བསྟེན་

བཀྲུང་བཅུགས་པ་དང་། སྒྲུན་བྱེད་པ་དང་། ཁང་བ་དང་། ཁང་ཆེན་དང་།  
 ཉི་གཞི་མེད་དང་། བཀ་ཅམ་དང་། དག་འདུན་དབྱེན་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་  
 རྒྱུགས་པ་དང་། བྱིས་སྒྲུན་འབྱེན་པ་དང་། བཀ་འབྲོ་མི་བདེ་བའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དག་འདུན་ལྷག་མའི་ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་པོ་འདི་  
 དག་ནི་རྒྱ་བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་གདོན་པ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །  
 གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་པོ་ལས་ཐུར་པ་དང་། བསྐྱོ་བ་ལས་ཐུར་བའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། འདོད་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་དང་། གཞོད་པས་ཀུན་  
 ནས་བསྐྱང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བར་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་  
 ནས་བསྐྱང་བ་དང་། བྱི་ཡོ་བྱང་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའོ། །དང་  
 པོ་ལ་གཉིས་ཏེ་རང་འདོད་པ་བསྟེན་པ། གཞན་འདོད་པ་བསྟེན་དུ་འཇུག་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་རེག་པས་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་  
 ནས་བསྐྱང་བ་དང་། སྒྲ་བས་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའོ། །དང་  
 པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རང་གི་ལུས་ཀྱི་རེག་པས་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་  
 ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའོ། །དང་པོ་ནི། འཆར་ཀུན་སུ་  
 དག་སྒྲོང་གང་སུ་བ་འབྱེན་པར་བསམ་བཞིན་དུ་སྒྲ་བ་སྒྲུང་ན་སྒྲི་ལམ་གྱི་སྐབས་  
 ཀྱི་དེ་མ་གཏོགས་ཏེ་དག་འདུན་ལྷག་མའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་  
 ལྷ་སྤའི་དག་སྒྲོང་གང་ཡང་རུང་བས་ངོ་ཚ་ལས་དུ་ལ་ཞིང་སྤྱད་མེད་བསྟེན་པར་  
 འདོད་པར་ཐུར་བའི་སེམས་ཀྱིས་འཁྲིག་པ་བསྟེན་རྒྱས་པའི་སྤྱད་མེད་ཀྱི་ཡུལ་

དྲན་ལྟན་ཅིག་ལུས་ལ་དེག་པར་བྱེད་དུ་མ་མཁྱིལ་མ་མན་ཆད་གྱི་ལག་པ་ནས་  
 བཟུང་དུ་མ། མཁྱིལ་མ་ཡན་ཆད་གྱི་དབྱུང་པ་ནས་བཟུང་དུ་མ། སྒྲའི་ལན་  
 ལྟན་པ་བཟུང་དུ་མ། ལུས་དང་རྒྱང་ལག་སོགས་ཡན་ལག་དྲན་ཉིང་ལག་དྲན་  
 གང་ཡང་རྒྱང་པ་ལ་རྒྱང་ཟད་མོས་པ་དང་། སྤྱགས་ཐམས་ཅད་དུ་ལྷན་པ་བདག་  
 གིར་བྱེད་ན་དགེ་འདུན་ལྷན་མཉམ་པོ། གཉིས་པ་སྒྲུབ་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པས་  
 གྲུབ་ནས་བསྐྱར་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། འཕྲིག་ཚིག་སྒྲུབ་པ། བསྐྱེན་བཀྲུར་བསྐྱེད་པས་  
 བཅོ། །དང་པོ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་དགེ་སྒོང་གང་དཔལ་ཞིང་གྲུར་པའི་སེམས་  
 གིས་འཕྲིག་པ་བསྐྱེན་ལུས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཀྱི་ཡུལ་དྲན་ལྟན་ཅིག་གནས་དན་ལེན་  
 གྱི་ཚིག་སྒྲིག་པ་ཅན་ཚོགས་པར་མི་དབྱུང་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྒྲོང་པའི་  
 འཕྲིག་པ་ལས་བྱུང་པ་དང་ལྟན་པ་སྐྱེད་པའི་རྫོང་བྱེད་དུ་གང་པེར་ན་སྐྱེས་ལུས་  
 ན་རྒྱང་ལ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་སྒྲུལ་ན་དགེ་འདུན་ལྷན་མཉམ་པོ། གཉིས་པ་ནི།  
 ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་དགེ་སྒོང་གང་དཔལ་ཞིང་གྲུར་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱང་མེད་  
 ཀྱི་ཡུལ་གྱི་མདུན་དུ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེན་བཀྲུར་བུ་བའི་བྱིར་འདྲི་  
 ལྟ་སྐྱེད་ལྟ་བུའི་དགེ་སྒོང་ཚུལ་ཁྲིམས་དྲན་ལྟན་པ་དགེ་བའི་ཆོས་ཉིང་འཛིན་  
 ཅན་ཆངས་པར་སྒྲོང་པ་གཤམ་རབ་ཀྱི་ཐུང་པོ་དང་ལྟན་པ་ལ་འདྲི་ལྟར་འཕྲིག་  
 པ་ལས་བྱུང་པ་དང་ལྟན་པའི་ཆོས་འདྲིས་བསྐྱེན་བཀྲུར་བུས་ན། སྒྲུ་འདྲི་ནི་  
 བསྐྱེན་བཀྲུར་བུས་པ་ནམས་ཀྱི་ནད་ན་མཆོག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱེད་པ་བཅོད་  
 བ་དོན་གོ་བའི་ཆེད་གཏེ་འདུན་ལྷན་མཉམ་པོ། གཉིས་པ་གཞན་འདོད་པ་བསྐྱེན་

ཏུ་འཇུག་པ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུ་དགོ་སྒྲོང་གང་ཡང་རུང་བས་བྱང་མེད་ལ་  
 རྒྱུས་པའི་ཀུན་ཏུ་སྒྲོང་པར་བསམ་པའི་ཆོག་དང་རྒྱུས་པ་ལ་བྱང་མེད་གྱི་ཀུན་  
 སྒྲོང་བསམ་པའི་ཆོག་གིས་ཆུང་མ་བདུན་ཉིད་དུ་མ་མཛའ་ན་མོ་བཅུ་ཉིད་ཏུ་  
 རྒྱན་བྱེད་ན་ཐ་ན་ཐང་འགའ་འཕྲད་པ་ལ་འདྲ་རྩེ་འཕྲད་པའི་ཆོ་ན་དགོ་  
 འདུན་ལྟ་མཐར་འཁྱར་རོ། །ཆུང་མ་བདུན་ནི། རྒྱུ་ཆོགས་ཀྱིས་བྱིན་པ།  
 རིན་ཆས་ཀྱིས་ཉོས་པ། བཅོན་ཐོག་ཏུ་བྱོབ་པ། དང་སམ་འདུས་པ། གོས་  
 ཟས་ཀྱིས་འཆོ་བ། ཁ་དུམ་པ། ཐང་འགའ་འཕྲད་པའོ། །མཛའ་ན་མོ་བཅུ་ནི།  
 མས་ཟུང་པ། ལས་ཟུང་པ། མེས་པོས་ཟུང་པ། ལུ་ལོས་ཟུང་པ། རྒྱལ་མོས་  
 ཟུང་པ། ཁྲོས་པོས་ཟུང་པ། ཉེ་དུས་ཟུང་པ། རིགས་ཀྱིས་ཟུང་པ། རྩས་ཆགས་  
 ཀྱིས་ཟུང་པ། རྣམ་པར་འབྱུགས་པ་མེད་པའོ། །གཉིས་པ་སྤྱི་ཡི་ཡོ་བྱད་ལ་  
 ཆགས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཁང་བ་དང་། ཁང་ཆེན་གྱི་ལྟ་  
 མའོ། །དང་པོ་ནི། ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྒྲོང་གིས་བདུག་གིས་གིང་སོགས་  
 བསྐྱངས་པ་ཡིན་པ་རྒྱུས་པ་སོགས་བདུག་པོ་མེད་པ། དགོ་སྒྲོང་བདུག་གི་  
 སྤྱིར་འགྲུང་འཆག་ཉལ་འདུག་སྟེ་སྒྲོང་ལམ་བཞི་ཤོང་གི་ཁང་པ་ཅིག་ཏུ་འཇུག་  
 གམ་རང་ཅིག་ན་དགོ་སྒྲོང་དེས་ཁང་པ་ཆད་བཞིན་དུ་ཅིག་ཏུ་རྒྱལ་ཅིག་ །དེ་  
 ལ་ཁང་པའི་ཆད་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་ཁང་པའི་ནང་གི་སྤྱིད་དུ་བདེ་བར་གསེགས་  
 པའི་མཐོའི་མཐོ་བཅུ་གཉིས་ཏེ་ཆད་ལྟན་སྤྱི་བཙུང་ཞིང་དུ་བདེ་གསེགས་  
 མཐོ་བདུན་ཏེ་སྤྱི་བཙུང་བཅུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཁང་པའི་གཞི་རུང་བ་ཅོད་མེད་ཅོམ་

རུང་བ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་དགོ་སྒྲོང་དེས་དགོ་སྒྲོང་གཞན་དག་བརྒྱ་བར་བྱའོ། །ཁྱིད་  
 པའི་དགོ་སྒྲོང་དག་གིས་ཀྱང་སྒྲིག་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པའི་གནས་མེད་པའི་གཞི་རུང་  
 བ་དང་། ཤིང་གཅོད་མི་རུང་བ་སོགས་ཚུན་བ་མེད་བ་དང་། ཉེ་ལོར་འདྲམས་  
 གང་གི་ལོར་ཡུག་རྩ་རམ་གྲོག་སོགས་མེད་པའི་རྩོམ་དུ་རུང་བར་ལྟ་བར་བྱའོ། །  
 གཤམ་ཉེ་དགོ་སྒྲོང་གིས་གཞི་མི་རུང་བའོ། །ཚུན་བ་དང་བཅས་བའོ། །འདྲམས་  
 གང་དུ་ཁོན་བ་སོགས་ཡོད་པའི་རྩོམ་དུ་མི་རུང་བར་དགོ་སྒྲོང་བདག་གིས་ས་  
 རྒྱུགས་སོགས་བསྒྲུངས་བ་བྱང་མེད་སོགས་བདག་པོ་མེད་པ། བདག་གམ་  
 གང་ཟག་གཅིག་གི་ཕྱིར་སྒྲོང་ལམ་བཞི་ཤོང་གི་ཁང་བ་བཙུག་རྩ་འཇུག་གམ་  
 གཞི་རུང་མི་རུང་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་དགོ་སྒྲོང་དག་ཀྱང་མི་ཁྱིད་དམ་དགོ་སྒྲོང་ཁྱིད་  
 བ་དག་ལ་གཞི་མི་སྟོན་ཏམ། ཆད་ལས་འདས་པར་ཅིག་ན་དགོ་འདུན་ལྟ་  
 མའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡང་དུག་སྒེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གིས་སྒྲུབ་པ་སོགས་བདག་  
 པོ་ཡོད་པ་བཞིར་ཡོངས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་ཕྱིར་སྒྲོང་ལམ་བཞི་ཤོང་བའི་གཙུག་  
 ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ཅིག་རྩ་འཇུག་ན་གཞི་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་དགོ་སྒྲོང་དེས་དགོ་སྒྲོང་  
 དག་བརྒྱ་བར་བྱའོ། །ཁྱིད་པའི་དགོ་སྒྲོང་དག་གིས་ཀྱང་གཞི་རུང་བ་དང་  
 ཚུན་བ་མེད་བ་དང་། རྩོམ་དུ་རུང་བ་ལྟ་བར་བྱའོ། །གཤམ་ཉེ་དགོ་སྒྲོང་གིས་  
 གཞི་མི་རུང་བའོ། །ཚུན་བ་དང་བཅས་བའོ། །རྩོམ་དུ་མི་རུང་བར་བདག་  
 པོ་ཡོད་པ་དགོ་འདུན་གྱི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ཅིག་རྩ་འཇུག་གམ་  
 གཞི་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་དགོ་སྒྲོང་དག་ཀྱང་མི་ཁྱིད་དམ། དགོ་སྒྲོང་ཁྱིད་བ་དག་

ལ་གཞི་མི་སྟོན་ན་དགོ་འདུན་ལྷག་མཉོ། །གཉིས་པ་གནོད་པས་ཀུན་ནས་  
 བསྐྱང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། གཞི་མེད་པ་དང་། བག་ཙམ་གྱི་ལྷག་མཉོ། །དང་པོ་  
 བློ་ཡང་མཛའ་བོ་དང་ས་ལས་སྦྱེས་ལྟ་བུ་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བ་ཁྲོས་པ་  
 རྟེན་འབྲུག་ས་ཤིང་ཞེས་དེ་ཡིད་མི་དགའ་བར་གྱུར་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་པ་རོལ་པོ་འདྲི་  
 ཚད་ས་པར་སྟོད་པ་དང་དབྱེ་ལ་ལོ་སྒྲུལ་ནས་དགོ་སྟོང་དགེ་པ་གཞི་དེས་ལྷུང་བ་མེད་  
 པ་ལ་གྲོང་བའི་གཞི་མེད་པར་པམ་པར་གྱུར་པའི་ཚེས་གང་རུང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱར་བ་  
 བཏབ་པ་ལས་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་པོ་དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་གཞན་གྱིས་དེས་  
 ཀྱང་རུང་མ་དེས་པར་རང་ཉིད་འགྱོད་ཀྱང་རུང་ཚད་པ་དེ་ཡང་གཞི་མེད་པ་ཡིན་  
 ལ། དགོ་སྟོང་ཡང་ཞེ་སྤང་ལ་གནས་པས་ཞེ་སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་  
 སྐྱས་སོ་ཞེ་ན་དགོ་འདུན་ལྷག་མཉོ། །གཉིས་པ་བློ་ཡང་མཛའ་བོ་དང་ས་  
 ལས་སྦྱེས་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཁྲོས་ཤིང་ཞེ་སྤང་བར་གྱུར་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་  
 འདྲི་ཚད་ས་པར་སྟོད་པ་དང་དབྱེ་ལ་ལོ་སྒྲུལ་ནས་དགོ་སྟོང་དགེ་པ་ལྷུང་བ་མེད་  
 པ་ལ་གཞན་མུང་འདས་ཀྱི་ཆ་མ་ཡིན་པ་དང་མཐུན་པ་པམ་པར་གྱུར་པའི་  
 ཚེས་ཀྱིས་སྐྱར་བ་ལས། དེ་ནས་དུས་གཞན་ཞིག་ན་དེས་ཀྱང་རུང་མ་དེས་  
 ཀྱང་རུང་། ཚད་པ་དེ་ཡང་གཞན་གྱི་ཆ་མ་ཡིན་པ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ལ།  
 ཚད་པ་དེ་ཡང་གཞན་མུང་འདས་ཀྱི་ཆ་མ་ཡིན་པ་དང་མཐུན་པས་གྱང་བུ་ལོར་  
 དང་དགོ་སྟོང་མ་ལྟར་ལའི་མདོག་དང་། རི་དྲགས་པོ་མོ་མི་ཚད་ས་སྟོད་མཐོང་  
 བའི་བག་ཙམ་ལས་ཡིད་ཀྱིས་གཞན་དུ་བསམ་པ་ཙམ་གྱིས་པམ་པར་གྱུར་

པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་སྒྲུངས་པར་གྱུར་ལ། དགེ་སློང་དེ་ཡང་ཞེ་སྒྲུང་ལ་གནས་  
 པས་ཞེ་སྒྲུང་གིས་སྒྲིག་སོ་ཞེ་ན། དགེ་འདུན་ལྷག་མའོ། །གཉིས་པ་བསྒྲོ་བ་  
 ལས་གྱུར་པ་ལ་བཞི་སྟེ། དགེ་འདུན་དབྱེན། དེའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པ། བྱིས་  
 སུན་འབྱེན་པ། བཀའ་སློ་མི་བདེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཡང་ལྷན་བྱིན་ལྷ་བུའི་  
 དགེ་སློང་གང་ཡང་རུང་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ལམ་གཅིག་  
 ཏུ་ཞུགས་པས་མཐུན་པ་དབྱེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་སྟེ་བཙུན་པར་བྱེད་ཅིང་  
 དབྱེན་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཙོད་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་ནས་རབ་ཏུ་སྟེ་དམ་  
 ཏུ་བཟུངས་ཏེ་འདུག་ན་དགེ་སློང་དེ་ལ་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སློང་ནུམས་ཀྱིས་  
 འདི་སྐད་ཅེས་ཆོག་འཇམ་པོས་བཞོམས་ཏེ་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །ཆེ་དང་ལྷན་པ་  
 བྱེད་དགེ་འདུན་ལྷ་བ་སོགས་མཐུན་པ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་  
 བར་མ་བྱེད་ཅིག། །དབྱེན་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཙོད་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་  
 བས་རབ་ཏུ་བཟུང་སྟེ་མ་འདུག་ཅིག། ཆེ་དང་ལྷན་པ་དགེ་འདུན་དང་ལྷ་བ་  
 དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་འཆོ་བ་དང་སྦྱོད་ལམ་ལྷན་ཅིག་མཐུན་པར་གྱིས་གཅིག་  
 དགེ་འདུན་ལམ་ཏུ་ཞུགས་པས་མཐུན་པ་གཞན་གྱིས་མི་བྱེད་ཕན་ཚུན་གཅིག་  
 གིས་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པས་ཀྱན་ཏུ་དགའ་ཞིང་མི་ཙོད་འབྲས་བུ་མཉམ་  
 འདས་འདོད་པར་མཆོག་གཅིག་ལ་གསོ་སྦྱོང་སོ་ཐར་མདོ་གདོན་པ་གཅིག་  
 ཅིང་ཚུ་དང་འོ་མ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པ་ལྷ་བུར་གྱུར་ལ། སྟོན་པའི་བསྟན་པ་  
 སྟེ་སྦྱོང་གསུམ་པོ་ཁ་ཏོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཡང་གསལ་བར་བྱེད་ན་མཐོང་

བའི་ཆོས་ལ་མཁྱེན་པ་འདས་ལས་འདས་པའི་བདེ་བ་ལ་རྟེན་པར་གནས་པར་འགྱུར་  
 གྱི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁྱོད་དགེ་འདུན་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་  
 འདི་ཐོངས་གཤིག་ཅེས་བསྒྲོ་བར་བྱེད། །ལྷན་བྱིན་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྲོད་དེ་ལ་ཆོས་  
 འདི་པའི་དགེ་སྤྲོད་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྒྲུབ་ཅེས་བསྒྲོ་བ་ན་གཤལ་ཏེ་གཞི་དེ་གཏོང་  
 ན་དེ་ལྟ་བུ་ལེགས་ཏེ། རྒྱུ་ཉེས་བྱས་ཅམ་ལས་མ་ཐུང་བའི་བྱིར། གཤལ་ཏེ་  
 གཞུམས་བསྒྲུབ་མཐར་མི་གཏོང་ན་ཉེས་པ་སྒྲུབ་པོར་འགྱུར་རོ། །དབྱེན་གྱི་  
 གཞི་དེ་གཏོང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་གསོལ་བཞེའི་ལས་ཀྱིས་ལན་གཉིས་སམ་  
 ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྒྲོ་བ་སྟེ་ཀུན་ཏུ་དྲི་བར་བྱ། ཡང་དག་པར་  
 བསྟན་པས་བསྒྲོག་པར་བྱེད། །ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་  
 བསྒྲོ། ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་ན་དབྱེན་གྱི་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་བུ་ལེགས་  
 ཏེ་སྒྲུབ་པོ་ཅམ་ལས་མི་འབྱུང་ལ་གཤལ་ཏེ་བརྗོད་པའི་མཐར་མི་གཏོང་ན་དགེ་  
 འདུན་ལྟ་བུ་མཐོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷན་བྱིན་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྲོད་དེ་འོག་གས་  
 བྱེད་པའི་དགེ་སྤྲོད་ཀོ་ཀ་ལི་ཀ་ལྟ་བུ་སོགས་མི་མཐུན་པར་སྒྲུབ་དབྱེན་ཉིད་  
 གྱི་རྗེས་སུ་ཐོག་པ་པའི་དགེ་སྤྲོད་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཡན་གྱི་མང་  
 པོ་དག་ཡོད་ཅིང་གཤལ་ཏེ་ཀོ་ཀ་ལི་ཀ་སོགས་པའི་དགེ་སྤྲོད་དེ་དག་ཆོས་འདི་  
 པའི་དགེ་སྤྲོད་རྣམས་ལ་འདི་སྒྲུབ་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཁྱོད་ཅག་དགེ་བ་  
 ལ་སྒྱུར་ཡང་རུང་སྟེ་ག་བ་ལས་ལྟོག་ཀྱང་རུང་དགེ་སྤྲོད་ལྷན་བྱིན་ལྟ་བུའི་  
 ལ། དགེ་སྤྲོད་སྟེ་ག་ལྟོག་སོགས་ཆོག་ཅི་ཡང་མ་སྒྲུབ་ཞིག་ །དེ་ཅི་འདི་བྱིར་ཞེ་ན་



ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགོས་པའི་ཆོས་རིགས་པར་སྒྲིག་པ་  
 ལུང་འདུལ་བ་སྒྲིག་པ། ཡང་ན། ཆོས་འཕགས་ལམ་གྱི་ནང་ནས་ལྷ་བརྟེན་པ་  
 ཚུལ་བརྟན་པ་ཏིང་འཛིན་སྒྲིག་པ། འདུལ་བ་ཡང་དག་པའི། དག ལས་མཐའ།  
 འཆོ་བའམ། ཡང་ན་ཆོས་དོན་དང་ལྷན་པ། འདུལ་བ་འཇམ་ཁིང་མཛའ་བ་  
 ལྷ་བརྟེན་པ་འད་གསུངས་ཀྱང་རང་ལུགས་ལ་ཆོས་ལྷ་བ་འདུལ་བ་སྦྱོད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དགོས་པའི་ཆོས་ལྷ་བརྟེན་པའི་ཆོས་དང་འདུལ་བ་ཡང་དག་པར་  
 གྲངས་ནས་རབ་ཏུ་བཟུང་སྟེ་སྟོན་པའི་བསྟན་པའི་རྟེན་སྟུ་ཐ་སྟུ་འདོགས་  
 པར་བྱེད་པར་གསུངས་ཀྱང་གཞན་ལ་ཐ་སྟུ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་འཐད་དོ། །  
 དགོས་པའི་ཆོས་དོན་དོན་གྱིས་བཞིན་ཏུ་སྒྲིག་ཡི་མི་གྱིས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱིར་ཏེ་  
 དགོས་པའི་དབྱེན་གཞི་གང་ལ་ཡིད་གྱིས་འདོད་ཅིང་རིགས་པས་བརྟགས་  
 སྟེ་བཟོད་པ་དེ་ལ་བདག་ཅག་ཀྱང་འདོད་ཅིང་བཟོད་དོ་ཞེས་ཟེར་ན། ཀོ་ཀ་  
 ཡི་ཀ་སོགས་དགོས་པའི་དག་ལ་ཆོས་འདི་པའི་དགོས་པའི་རྣམས་གྱིས་གཞུགས་  
 ཏེ་བསྒྲིག་པའི་ཆོས་འདི་རྒྱ་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཁྱིད་ཅག་དེ་རྒྱ་ཅེས།  
 ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཁྱིད་ཅག་དག་ཡང་རྒྱ་ལྷོག་ཀྱང་རྒྱ་ལྷོག་དགོས་པའི་  
 ལ་ཅི་ཡང་མ་སྒྲིག་ཞེས། དེ་ཅི་འདྲི་ཞེས་ཞེ་ན། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགོས་པའི་  
 ཆོ་ཆོས་སྒྲིག་པ། འདུལ་བ་སྒྲིག་པ། དགོས་པའི་ཆོས་དང་འདུལ་བ་ཡང་  
 དག་པར་གྲངས་ནས་རབ་ཏུ་བཟུང་སྟེ་རྟེན་སྟུ་ཐ་སྟུ་འདོགས་པར་བྱེད་པ།  
 དགོས་པའི་ཆོས་དོན་གྱིས་བཞིན་ཏུ་སྒྲིག་ཡི་མི་གྱིས་པར་མ་ཡིན་པའི་སྦྱིར་ཏེ་དགོས་

སྒྲོང་འདི་གང་ལ་འདོད་ཅིང་བཟོད་པ་དེ་ལ་བདག་ཅག་གྲང་འདོད་ཅིང་བཟོད་  
དེ་ཞེས་མ་ཟེར་ཅིག། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགེ་སྒྲོང་འདི་  
ནི་ཆོས་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན། འདུལ་བ་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགེ་  
སྒྲོང་འདི་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྒྲུབ། འདུལ་བ་མ་ཡིན་པ་སྒྲུབ། དགེ་སྒྲོང་  
འདི་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་འདུལ་བ་མ་ཡིན་པ་ཡང་དགེ་པར་སྦངས་ནས་  
རབ་ཏུ་བཟུང་སྟེ་རྗེས་སུ་ཐ་སྟོད་འདོགས་པར་བྱེད་པ། དགེ་སྒྲོང་འདི་ནི་མི་  
ཤེས་བཞིན་སྒྲུའི་ཤེས་པར་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ། དགེ་སྒྲོང་འདི་གང་  
ལ་འདོད་ཅིང་བཟོད་པ་དེ་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲ་འདོད་ཅིང་བཟོད་པར་མ་བྱེད་  
ཅིག། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཁྱིད་དགེ་འདུན་འབྱེད་འདོད་པར་མ་བྱེད་པར་  
ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགེ་འདུན་མཐུན་པ་ཉིད་ཏུ་འདོད་པར་གྱིས་ཤིག། ཆོ་  
དང་ལྷན་པ་དག་དགེ་འདུན་དང་མཐུན་པར་གྱིས་ཤིག། དགེ་འདུན་མཐུན་མི་  
ཁྱིད་ཀྱན་ཏུ་དག་འཁོའི་ཚོད། མཆོག་གཅིག་འདོན་པ་གཅིག་ཅིང་ཆུ་དང་འོ་  
མ་གཅིག་ཏུ་འདེས་པ་ལྷ་བྱར་གྱུར་ལ། རྟོན་པའི་བརྟན་པ་གསལ་བར་བྱེད་  
ན་བདེ་བ་ལ་རྟེན་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱིས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་དགེ་  
འདུན་འབྱེད་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲིགས་ཤིང་མི་མཐུན་པར་སྒྲུབ་པའི་ལྷ་བྱ་འདི་  
ཐོངས་ཤིག་ཅེས་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །དགེ་སྒྲོང་དེ་དག་ལ་དགེ་སྒྲོང་དེ་ནམས་  
གྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བསྒྲོ་བར། གལ་ཏེ་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་གསལ། གལ་  
ཏེ་མི་གཏོང་ན་གཞི་དེ་གཏོང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་ཏུ་

ཡང་དག་པར་བསྒྲིབ་བར་བྱ། ཡང་དག་པར་བསྒྲིབ་བར་བྱའོ། །ལན་གཉིས་  
ལན་གསུམ་རྒྱ་ཡང་དག་པར་བསྒྲིབ། ཡང་དག་པར་བསྒྲིབ་པ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་  
ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གྲུ་ལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་དགེ་འདུན་ལྟ་གཏེ། །  
གསུམ་པ་ནི། རབ་སོ་དང་འགྲོ་མགྲོགས་ལྟ་བུའི་དགེ་སྒྲོང་གང་གཉིས་ལས་  
ལྟག་པ་རབ་རྒྱ་མད་པོ་དག་རེ་ལྟའི་རེ་ལྟ་བུ་གོང་དམ་གོང་རྒྱལ་ཞིག་ན་ཆོས་  
དང་ཟང་ཟེང་གི་ལོངས་སྒྲོང་ལ་ཉེ་བར་བརྟེན་ཞིང་གནས་པར་གྱུར་ལ། དགེ་  
སྒྲོང་དེ་དག་གྲང་འགྲོགས་པ་དང་ལོངས་སྒྲོང་པས་ཁྱིམ་པའི་ཁྱིམ་སྒྲན་འབྲིན་  
པར་བྱེད་པ་ཞིག་པའི་ཆོས་གནས་དཔ་ལེན་གྲན་རྒྱ་སྒྲོང་པར་གྱུར་ཅིང་དེ་དག་  
གིས་བཅའ་ཟེ་སོགས་ཀྱི་ཁྱིམ་དག་སྒྲན་གྱུར་པ་མིག་གིས་མཐོང་དམ། རྒྱ་པས་  
ཐོས་སུ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སམ་དེ་དག་སྒྲིག་པ་  
གྲན་རྒྱ་སྒྲོང་པ་མཐོང་དམ་ཐོས་སུ། རབ་རྒྱ་ཤེས་ན་དགེ་སྒྲོང་དེ་དག་ལ་  
ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོང་པའི་ཆོས་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྟན་  
པ་དག་ཁྱིམ་ཅག་ཁྱིམ་སྒྲན་འབྲིན་པ་ཞིག་པའི་ཆོས་གྲན་རྒྱ་སྒྲོང་པ་དག་ཡིན་  
ཏེ། ཁྱིམ་ཀྱིས་ཁྱིམ་དག་སྒྲན་གྱུར་པར་ཡང་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་རབ་རྒྱ་  
ཤེས། ཁྱིམ་ཞིག་པ་གྲན་རྒྱ་སྒྲོང་པར་ཡང་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་རབ་རྒྱ་ཤེས་  
ཀྱིས། ཆེ་དང་ལྟན་པ་དག་ཁྱིམ་འདི་ན་གནས་པས་དམོག་གིས། གནས་འདི་  
ནས་དེངས་གིག་ཅེས་བསྒྲིབ་ནས་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །གྲུ་ལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་རྒྱར་  
དགེ་སྒྲོང་རྣམས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་ཆེ་དང་ལྟན་པ་དག་འདི་ན་ཟང་ཟེང་གི་ཁྱིམ་

དག་སྒྲོང་ཁ་ཅིག་བསྐྱད་དེ་དག་སྒྲོང་ཁ་ཅིག་འདུན་པས་འགྲོ་བ། ཞེས་ད་  
གིས་ཁ་ཅིག་བསྐྱད་པས་ཞེས་ད་གིས་འགྲོ་བ། ཞེས་བ་འདྲ་བ་མ་གཤིས་པས་  
གཏི་མུག་གིས་འགྲོ་བ། འདིགས་པ་མ་བསྐྱད་པས་འདིགས་པས་འགྲོ་བ་  
དག་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་ལྟར་བ་འདྲ་བ་ཁོ་ན་ལས་ན་བ་སོ་སོགས་དག་  
སྒྲོང་ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོང་པར་བྱེད། དམར་མེར་ཅན་ལྟ་བུ་དག་སྒྲོང་ཁ་ཅིག་ནི་  
སྒྲོང་པར་མི་བྱེད་དེ་ཞེས་ཟེར་ན། བ་སོ་ལྟ་བུའི་དག་སྒྲོང་དེ་དག་ལ་ཆོས་  
འདི་པའི་དག་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་གཞུགས་ཏེ་བསྐྱོ་བའི་ཆོག་འདི་སྐྱད་ཅིས་ཆོ་  
དང་ལྟན་པ་དག་ཁྱིད་དེ་སྐྱད་ཅིས་ཆོ་དང་ལྟན་པ་དག་འདི་ན་དག་སྒྲོང་ཁ་  
ཅིག་འདུན་པས་འགྲོ་བ། ཞེས་ད་གིས་འགྲོ་བ། གཏི་མུག་གིས་འགྲོ་བ།  
འདིགས་པས་འགྲོ་བ་དག་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་ལྟར་བ་འདྲ་བ་ཁོ་ན་ལས་དག་  
སྒྲོང་ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོང་པར་བྱེད། ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོང་པར་མི་བྱེད་དེ་ཞེས་རྒྱ་མ་  
ཟེར་ཞིག་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས། དག་སྒྲོང་དེ་དག་ནི་འདུན་པས་འགྲོ་བ་མ་ཡིན།  
ཞེས་ད་གིས་འགྲོ་བ་མ་ཡིན། གཏི་མུག་གིས་འགྲོ་བ་མ་ཡིན། འདིགས་པས་  
འགྲོ་བ་མ་ཡིན་གྱི། འདི་ལྟར་ཆོ་དང་ལྟན་པ་དག་ནི་ད་ཁྱིམ་སྐྱོན་འབྱེན་པ་  
སྤྲིག་པའི་ཆོས་ཀུན་ཏུ་སྒྲིབ་པ་དག་ཡིན་ཏེ་ཁྱིད་ཀྱིས་ཁྱིམ་དག་སྐྱོན་སྐྱོངས་  
བར་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་རབ་ཏུ་གྱེས། ཁྱིད་སྤྲིག་པ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིབ་པར་ཡང་  
མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་རབ་ཏུ་གྱེས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཆོ་དང་ལྟན་པ་དག་འདུན་པས་  
འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་ལམ་དང་། ཞེས་ད་གིས་འགྲོ་བ། གཏི་མུག་

གིས་འགྲོ་བ། འདྲིགས་པས་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་ལམ་འདྲི་ལྟ་བུ་  
 འདྲི་ཐོངས་གྲིག་ཅེས་བསྟོན་པར་བྱའོ། །དགེ་སྟོང་དེ་དག་ལ་དགེ་སྟོང་རྣམས་  
 གྱིས་དེ་སྒྲུ་ཅེས་གཞམས་ཏེ་བསྟོན་པ་ན་གལ་ཏེ་འདུན་པས་འགྲོ་བ་སོགས་  
 ཆོག་གི་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས་ཏེ་ཉེས་བྱས་གཅིག་ལས་སྟོམ་པོ་ཡང་  
 མ་བྱུང་བས་སོ། །གལ་ཏེ་གཞམས་ཏེ་བསྟོན་པས་མི་གཏོང་ན་ཚུམ་པ་ལ་ཉེས་  
 བྱས་གཅིག་བཞམས་བསྟོང་མཐར་སྟོམ་པོ་འབྱུང་ལ། གཞི་དེ་གཏོང་པར་  
 བྱ་བའི་ཐུང་གསོལ་བཞིའི་ལས་གྱིས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་  
 པར་བསྟོན་པ་སྟེ་ཀུན་ཏུ་དེ་བར་བྱའོ། །ཡང་དག་པར་བརྟན་པ་སྟེ་ཁྱིམ་སྟན་  
 འབྲེན་པ་ལ་སྟོན་པར་བྱའོ། །ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྟོན་  
 ཡང་དག་པར་བརྟན་པ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས་པའམ་བཟང་སྟེ་  
 ལྷག་མའི་དངོས་གཞིའི་ལྟངས་པ་མ་བྱུང་བས་སོ། །གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་དགེ་  
 འདུན་ལྷག་མའོ། །བཞི་པ་ནི། ཡང་འདྲི་ན་འདུན་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྟོང་འགྲེལ་  
 ཞིག་བཀའ་སྟོན་མི་བདེ་བ་ཆོག་བདེག་མི་བཟོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བྱུང་  
 ལ། འདུན་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྟོང་དེ་ལ་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྟོང་རྣམས་གྱིས་  
 སོར་མདོ་གཏོན་པར་གཏོགས་པ་བསྟན་པའི་གཞི་ཙམ་ལྷག་མ་དེས་པ་འིལ་  
 གྱིས་གཏོན་པར་གཏོགས་པ་རྣམས་དང་། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སོ་སོར་  
 ཐར་བའི་མདོ་འིལ་གྱིས་འདོན་པར་གཏོགས་པ་རྣམས་གྱིས་ཆོས་མདོ་སྟེ་དང་  
 མདོན་པའི་སྟེ་སྟོན་དང་མཐུན་པ་དང་། འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོན་དང་མཐུན་པར་

སྒྲུ་པ་ན། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཁྱེད་ཅག་དགོ་བ་ལ་སྒྲོར་ཡང་རུང་སྒྲིག་པ་  
 ལ་ལྟོག་ཀྱང་རུང་། བདག་ལ་ཆོག་ཅི་ཡང་མ་སྒྲུ་ཞིག་ བདག་ཀྱང་དགོ་བ་  
 ལ་འཇུག་ཀྱང་རུང་སྒྲིག་པ་ལས་ལྟོག་ཀྱང་རུང་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ཆོག་  
 ཅི་ཡང་མི་སྒྲུ་འོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་གིས་བདག་ལ་དགོ་འཇུག་སྒྲིག་ལྟོག་  
 གི་ཆོག་གི་ལམ་ཐོངས་གིག། ཁྱེད་ལ་ཡང་བདག་གིས་དགོ་འཇུག་སྒྲིག་ལྟོག་  
 སྒྲུ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཞེས་བདག་ཉིད་ལྟར་བ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 སྒྲུ་བར་བྱེད་ན་དེ་ལ་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་གཞམས་ཏེ་བསྒོ་བའི་ཆོག་འདི་  
 སྒྲུང་ཅིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་འདུན་པ་ལྟ་བུ་ཁྱེད་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་འདོན་  
 བར་གཏོགས་པ་བསྐབ་པའི་གཞི་རྣམས་དང་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མདོར་  
 གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་དང་མཐུན་པ་དང་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པར་  
 སྒྲུ་པ་ན། བདག་ཉིད་ལྟར་བ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་མ་བྱེད་པར།  
 ཆོ་དང་ལྷན་པས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ལྟར་བ་དེ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཁོ་ནར་ཀྱིས་  
 གིག། དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ལ་མདོ་སྒྲེ་དང་མདོན་པའི་ཆོས་  
 དང་མཐུན་པ་དང་། འདུལ་བ་དང་མཐུན་པར་སྒྲུ་བ་ན། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཡང་  
 དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ལ་ཆོས་དང་མཐུན་པ་དང་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པར་སྒྲུ་སྒྲུ་  
 གིག། དེ་ཅིའི་ཐུང་ཞེ་ན། དེའི་ཕན་ཡོན་འདི་ལྟ་སྟེ། གཅིག་ལ་གཅིག་ལྟར་  
 བ་བརྟེན་པར་བྱ་བ་སྟེ་སྟེང་བ་ཉིད་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་གདམས་  
 དག་འདོམས་གིང་རྗེས་སུ་སྟོན་པ་དྲང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལྟར་བ་ལས་

སྒྲོང་བ་ཉིད་དེ་དེ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་  
 བ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་དེའི་དགོས་སྒྲོང་གི་འཁོར་འདྲི་འཕེལ་  
 བར་འགྱུར་གྱིས། ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཁྱོད་བདག་ཉིད་ལྟར་བ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པར་བྱེད་པའི་ལས་གྱི་མཐའ་འདྲི་ལྟ་བུ་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་བསྒྲོ་བར་  
 བྱའོ། །དགོས་སྒྲོང་དེ་ལ་དགོས་སྒྲོང་རྣམས་གྱིས་དེ་སྒྲོང་བསྒྲོ་བ་ན། གཤམ་ཏེ་མི་  
 སྤྱིང་བའི་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གཤམ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་གཞི་དེ་གཏོང་  
 བར་བྱ་བའི་ཐིམ་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྒྲོ་བར་བྱ། ཡང་  
 དག་པར་བསྒྲོ་བར་བྱའོ། །ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྒྲོ།  
 ཡང་དག་པར་བསྒྲོ་བ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། །གཤམ་ཏེ་མི་  
 གཏོང་ན་དགོ་འདུན་ལྟ་མའོ། །བཞི་པ་མཇུག་བསྐྱབ་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྡན་  
 དག་བདག་གིས་དགོ་འདུན་ལྟ་མའི་ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་པོ་དག་བཏོན་ཟེན་  
 ཏོ། །ལྟ་བ་རྣམ་བཞག་བསྟན་པ་ནི། ལྟ་མའི་ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་པོ་དེ་དག་  
 ལས་ཁུ་བ་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱི། ལྟར་བ་དང་པོ་དག་སྟེ་དངོས་པོ་  
 ལས་གྱུར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བཞམས་བསྒྲོ་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྒྱུར་བའི་སྒྱུར་བ་དང་།  
 སྒྱུར་བ་དང་། དངོས་གཞི་ལྟར་བ་དང་པོ་དག་ལས་རིམ་པ་བཞིན་འགྱུར་བ་  
 ཉིད་གྱིས་སོ། །དབྱེན་སོགས་ཐིམ་བཞིན། བསྒྲོ་བ་ལས་གྱུར་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 བཞམས་སྒྲོ་དང་བརྗོད་པ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་གྱིས་མཐའ་ལ་མ་བཏང་བས་  
 དངོས་གཞིའི་ལྟར་བར་འགྱུར་བས་སོ། །དུག་པ་ཐིམ་འཆོས་པའི་རྩལ་ནི། ལྟར་

བ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་དགོ་སྤྱོད་གིས་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ལས་  
 ལྷང་བ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱས་ལ་དེ་སྤྱོད་དུ་རང་རྒྱུད་ལ་ལྷང་བ་བྱུང་བར་  
 ཤེས་བཞིན་དུ་ཞག་དུ་འཆབ་པར་བྱེད་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་ལྷང་བ་འབྱེན་པ་དེས་མི་  
 འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བ་སྤྱད་པར་བྱའོ། །ལྷང་བ་འབྱེན་པའི་དགོ་སྤྱོད་གིས་མི་  
 འདོད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བ་བྱས་ནས་དེའི་འོག་དུ་ཞག་དུག་གི་བར་དུ་དགོ་འདུན་ལ་  
 ཐུགས་མཁྱུ་བར་བྱ་བ་སྤྱད་པར་བྱའོ། །དགོ་སྤྱོད་གིས་མཁྱུ་བར་བྱ་བ་སྤྱད་  
 བས་ལྷག་མ་ལས་འབྱུང་བར་བྱ་བ་ལ་ཐོགས་དེ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་གཞི་  
 བརྒྱུད་བ་དང་གནས་མལ་བཤམས་པ་སོགས་བྱས་ལ་དགོ་འདུན་འདུས་པ་  
 ཅ་གན་པའི་མཐའ་ལོག་ནས་མཆིལ་ལྷམ་གཉིས་ཐུད་དེ་ཐུག་འཆའ་ཐལ་མོ་  
 སྤྱར་ནས་ཅོག་ཅོག་ཐུར་འདུག་སྟེ་ལྷག་མ་ལས་དབྱུང་བའི་དོན་དུ་གསོལ་བ་  
 ལན་གསུམ་བཟུང་ནས་དགོ་སྤྱོད་གི་དགོ་འདུན་གྱི་སྐྱེས་མཁྱུ་བར་བྱས་ན་  
 གནས་གང་ན་དགོ་སྤྱོད་ཉི་ཤུའི་ཆོགས་ཀྱིས་དགོ་འདུན་ཡོད་པ་དེར་དགོ་སྤྱོད་  
 དེ་དབྱུང་བར་བྱའོ། །གལ་དེ་དགོ་སྤྱོད་ཉི་ཤུར་གཅིག་གིས་མ་ཆད་པའི་ཆོགས་  
 ཀྱིས་དགོ་འདུན་གྱིས་དགོ་སྤྱོད་དེ་ལྷག་མ་ལས་འབྱེན་པར་བྱེད་ན། དགོ་  
 སྤྱོད་དེ་ཡང་ལྷང་བ་ལས་མ་སྤྱོད་ལ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་དགོ་སྤྱོད་དེ་དག་གུང་  
 སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་དེ་ལྷག་མ་སྤྱིར་བཙོས་པ་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོག་སྟེ་ཐབས་ཡིན་  
 བོ། །བདུན་པ་ནམ་བཞག་བསྐྱགས་པ་ནི། དེ་ལ་བདག་གིས་ཆེ་དང་ལྷན་  
 པ་དག་ལ་ཅི་གསོ་སྤྱོད་འདི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གམ་སྟེ་ལྷང་བ་མ་



བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིའོ། །ཅི་འདྲི་ལ་བྱེད་ནམས་ཡོད་ས་སྟུན་ག་གམ་ཞེས་ལན་  
གཉིས་ལན་གསུམ་དྲིའོ། །འདྲི་ལ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་ཡོད་ས་སྟུན་ག་ན་  
འདྲི་ལྟར་ཅད་མི་སྒྲུབ་ས་དེ་དེ་བཞིན་དྲུ་འཛིན་ཏོ། །བཞི་པ་མ་དེས་པ་གདོན་  
པ་ལ་ལྟ་སྟེ། སྒྲིམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། མ་དེས་པ་གདོན་པའི་ལུང་དཔོག་སོ་  
སོའི་མཆན་ཉིད། མཛུགས་བསྟུབ། རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
སྒྲིམ་ལ། དཔེན་པ་སྒྲུབ་ས་ཡོད་ན་འདོད་པ་བྱར་རུང་བར་དང་མི་རུང་བར་འདུག་  
བས་མ་དེས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལམ་ལྟག་ལྟར་བྱེད་གསུམ་གང་རུང་དྲུ་  
མ་དེས་པ་དང་། གཉིས་པ་ལྟག་མ་དང་ལྟར་བྱེད་གང་དྲུ་ཡང་མ་དེས་པའོ། །  
གཉིས་པ་ནི། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་ལམ་ལྟག་ལྟར་བྱེད་གསུམ་གང་དྲུ་ཡང་མ་  
དེས་པ་དང་། ལྟག་ལྟར་གང་དྲུ་ཡང་མ་དེས་པའི་ཆོས་གཉིས་པོ་འདྲི་དག་ནི་  
རྒྱ་པ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་པའི་ཆེ་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་  
ཁདོན་ལས་འབྱུང་ངོ་། །གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མ་དེས་པ་དང་པོ་ནི། ཡང་  
འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་སྟེད་མ་ལྟ་བུའི་བྱད་མེད་མི་ཆངས་པ་བརྟེན་  
རྣམ་གྱི་ཡུལ་དང་ལྟན་ཅིག་དགོ་སྟོང་གཅིག་སྟུ་བྱད་མེད་གཅིག་དང་སྟེས་པ་  
བྱད་མེད་མ་ནིང་གསུམ་གྱིས་དཔེན་པ་ཅིག་པ་ཡོལ་བ་རུབ་མ་འཐིབས་པོ་  
མཆན་མོའི་སྒྲུབ་ས་གང་རུང་ཡོད་པ་ན་འདོད་པ་མི་ཆངས་པ་སྟུན་རུང་བར་  
ཁིད་ཁིལ་ལྟ་བུའི་སྟན་ལ་འདུག་པར་བྱེད་ཅིང་དགོ་སྟོང་དེ་ལ་གལ་ཏེ་དགོ་  
བསྟེན་མ་ས་ག་ལྟ་བུའི་སྟོག་གི་བྱིར་རྟུན་མི་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་དང་

ལྟན་པས་པམ་པ་བཞི། ལྟག་མ་བཅུ་གསུམ། ལྟང་བྱེད་དགུ་བཅུའི་ཆོས་གསུམ་  
 བོ་པམ་པར་འབྱུང་བ་འུམ། དགོ་འདུན་ལྟག་མ་འུམ། །ལྟང་བྱེད་ལས་ཆོས་  
 གང་ཡང་རུང་བས་སྒྲས་པར་གྱུར་ལ་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གིས་འདུག་  
 པར་དང་པོར་ཁས་བླངས་ན་ཆོས་གསུམ་བོ་པམ་པར་གྱུར་བ་འུམ་དགོ་འདུན་  
 ལྟག་མ་འུམ། ལྟང་བྱེད་ལས་ཆོས་གང་ཡང་རུང་བས་བཤགས་པ་བྱེད་ཏུ་  
 གཞུག་ཅིང་། དགོ་སྟོང་དེ་ལ་དགོ་བསྟེན་མ་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་ཆེས་པས་  
 རྒྱུན་མི་སྒྲ་བའི་ཆོག་དང་ལྟན་པས་ཆོས་གསུམ་བོ་གང་དང་གང་གིས་སྒྲས་  
 པར་གྱུར་པའི་ཆོས་དེ་དང་དེས་དགོ་སྟོང་དེ་ལ་བཤགས་པ་བྱེད་ཏུ་གཞུག་སྟེ།  
 དེ་ནི་མ་དེས་པའི་ཆོས་དང་བོ་ཞེས་སོ། །མ་དེས་པ་གཉིས་པ་ནི། ཡང་ག་རི་  
 ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཁྱིམ་བདག་གི་ཆུང་མ་གསོ་སྦྱོང་འཇགས་ལྟ་བུའི་བྱང་  
 མེད་གྱི་ཡུལ་འཁྲིག་པ་བསྟེན་ནས་དང་ལྟན་ཅིག་དགོ་སྟོང་གཅིག་ལྟ་བུ་མེད་  
 གཅིག་དང་དབེན་པ་སྒྲུབས་ཡོད་པ་ན་འདོད་པ་མི་ཆངས་སྦྱོང་བྱར་མི་རུང་  
 པར་སྟན་ལ་འདུག་པར་བྱེད་ཅིང་། ག་རི་ཀ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་གལ་ཏེ་དགོ་བསྟེན་  
 མ་ལེགས་སྦྱེས་ལྟ་བུ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་དང་ལྟན་པས་ཆོས་གཉིས་བོ་དགོ་  
 འདུན་ལྟག་མ་འུམ། ལྟང་བྱེད་ལས་ཆོས་གང་ཡང་རུང་བས་སྒྲས་པར་གྱུར་  
 ལ་། དགོ་སྟོང་གིས་འདུག་པར་དང་པོར་ཁས་བླངས་ན་ཆོས་གཉིས་བོ་དགོ་  
 འདུན་ལྟག་མ་འུམ། ལྟང་བྱེད་ལས་ཆོས་གང་ཡང་རུང་བས་བཤགས་པ་བྱེད་  
 ཏུ་གཞུག་ཅིང་དགོ་སྟོང་དེ་ལ་དགོ་བསྟེན་མ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་དང་ལྟན་

པས་ཆོས་གཉིས་པ་གང་དང་གང་གིས་སྒྲིམ་པར་སྦྱར་བའི་ཆོས་དེ་དང་དེས་  
 དགེ་སློང་དེ་བཤགས་པ་བྱེད་དུ་གཞུགས་ཆེ་དེ་ཡང་མ་དེས་པའི་ཆོས་སོ། །བཞི་  
 པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་བདག་གིས་མ་དེས་པའི་ཆོས་གཉིས་པོ་དག་བཏོན་  
 ཟེན་ཏོ། །ལྔ་པ་ནི། དེ་ལ་བདག་གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ཅི་འདི་ལ་ཁྱེད་  
 རྣམས་ཡོངས་སྤྱད་པ་གམ་ཞེས་དྲིའོ། །ཅི་འདི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་སྤྱད་པ་  
 གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་དྲིའོ། །འདི་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཡོངས་  
 སྤྱད་པ་ན་འདི་ལྟར་ཅུང་མི་སྒྲིབ་པས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏོ། །ལྔ་པ་འཛིན་གྱིས་  
 གདོན་པ་ལ་ལྔ་ཆེ། སྤངས་པའི་ལྟངས་ཀྱི་ཆོས་སུ་མ་ཅུ། ལྟངས་ཀྱི་འབའ་  
 ཞིག་པ་དགུ་བཅུ། སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་བཞི། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་མང་པོ། ཚུད་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་གདོན་པའོ། །དང་པོ་  
 ལ་གསུམ་ཏེ། དངོས། མཇུག་བསྐྱུ། མཆོན་ཉིད་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 གསུམ་ཏེ། བཅུ་ཆོན་དང་པོ། གཉིས་པ། གསུམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ཆེ།  
 སྒྲིམ་གྱི་མདོར་བསྟན། སྤངས་ལྟངས་འདོན་པའི་ལུང་དཔོག་ སོ་སོའི་མཆོན་  
 ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲིམ་ལ། འཆར་བའི་སྤང་བ། འབྲུལ་བའི་  
 སྤང་བ། འཛོག་པའི་སྤང་བ་དང་། འཕྱར་འཇུག་པའི་སྤང་བ་དང་། གོས་  
 ལེན་པའི་སྤང་བ་དང་། གོས་སློང་པའི་སྤང་བ་དང་། རྟོད་གཡོགས་དང་སྤྱད་  
 གཡོགས་དང་བཅུས་པ་སློང་བར་རིགས་པའི་སྤང་བ། གོས་ཀྱི་རིན་ཐང་  
 དཔགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ། སོ་སོ་ནས་དཔགས་པ་སློང་བའི་སྤང་བ། བསྐྱར་

བའི་སྤང་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་གྱི་  
ཆོས་སྤྲུལ་ཅུ་པོ་འདི་དག་ནི་སྤྲུལ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐུར་བའི་མདོ་གདོན་  
པ་ལས་འབྱུང་ངོ། །

གསུམ་པ་ལ་བརྩ་ལས། དང་པོ་འཆང་བའི་སྤང་བ་ནི། ཆོས་འདི་བའི་དགོ་  
སྤྲེད་ཆོས་གོས་དྲ་བ་དང་ཐུབ་པ་དང་ཁ་བསྐྱར་ཟིན་པས་དབྱར་སྤྱིའི་དབང་  
གིས་དབྱེད་ར་བ་དང་འབྲིང་གི་ཉ་ལ་སྤྲུལ་སྤྱུང་ན་ཞག་བརྩའི་བར་དུ་གོས་  
ལྷག་པ་སྤྲུལ་སྤྱུར་མ་གཏོགས་པ་ནས་པར་མ་བརྟགས་པ། རུང་བ་མ་བྱས་  
པར་བཅད་བར་བྱའོ། །དེ་ལས་འདྲས་པར་བཅད་ན་ཞག་བརྩ་གཅིག་པའི་  
སྤྱི་རེངས་ཤར་བ་ན་སྤངས་བའི་ལྷང་བྱེད་ངོ། །གཉིས་པ་འབལ་བའི་སྤང་  
བ་ནི། ཡང་དགོ་སྤྲེད་ཆོས་གོས་ཟིན་པས་སྤྲུལ་སྤྱུང་ན་གྲ་ལ་ཉེ་རུབ་གཅིག་  
ཀྱང་ཆོས་གོས། སྤྲུལ་གོས། མཐང་གོས། སྤྲུལ་སྤྱུར་གསུམ་ལས་རང་གི་བྱེན་  
རྒྱུ་ཕན་གྱིས་ཆོས་གོས་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ཆོས་གོས་ཡོད་པའི་མཆོམས་  
གྱི་ཕྱི་རོལ་སྤྱི་རེངས་ཤར་གྱིས་བར་དུ་འབལ་བར་བྱེད་ན་དགོ་འདུན་གྱིས་  
གནད་པ་བྱེན་པ་ནི་མ་གཏོགས་ཉེ་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་ངོ། །གསུམ་པ་འཛོག་  
པའི་སྤང་བ་ནི། དགོ་སྤྲེད་ཆོས་གོས་ཟིན་པས་སྤྲུལ་སྤྱུང་ན་དུས་མ་ཡིན་  
པའི་གོས་ཞིག་ཆེད་ལ་དེ་སྤང་བར་འདོད་ན་དགོ་སྤྲེད་དེས་གོས་བདུན་པོ་ཟིན་  
བལ་གྱི་གོས་དང་། བལ་གྱི་གོས་དང་། ཤར་པའི་གོས་དང་། ཟུང་པའི་གོས་  
དང་། རུ་གུ་ལའི་གོས་དང་། མོ་ཏམ་པའི་གོས་དང་། ཉི་འོག་གི་གོས་ལས་

གང་ཡང་རུང་བ་དེ་སྤང་བར་བྱའོ། །སྤང་ནས་གལ་ཏེ་ཡང་ས་ནའམ་གོས་  
 ལྷང་ན་སྤྱང་བ་ཁོ་ནར་གོས་སྤྱབས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྤབས་ཏེ་བཅད་བར་བྱའོ། །  
 གལ་ཏེ་མི་ཡངས་བ་སྟེ་མི་ལྷང་ལ་ཁ་མ་ཡངས་བ་ཁ་སྟོང་བའི་གོས་གཞན་  
 ལ་རེ་བ་ཡོད་ན་དགོ་སྟོང་དེས་གོས་དེ་སྤྱང་བ་གཅིག་གི་མཐར་རུང་བ་མ་བྱས་  
 བར་ཡང་བཞག་བར་བྱའོ། །དེ་ལས་འདས་པར་འཇོག་ན་སོ་གཅིག་པའི་  
 སྤྱང་འཇམ་ཤར་བ་ན་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་འབྱུང་འཇུག་པའི་སྤང་  
 བ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་དགོ་སྟོང་གང་དགོ་སྟོང་མ་བདུན་རྒྱད་ཚུན་ཆད་  
 གྱི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་རང་གིས་བྱིན་སྤབས་ཅན་གྱི་ཆོས་གོས་དང་གདིང་བ་  
 དུས་ཆེགས་གསུམ་གང་རུང་དུ་ཡོངས་སྤྱད་པའི་རྟིང་བ་རྩ་ལ་འབྱུང་འཇུག་  
 གམ་ཆོན་གྱིས་འཆོད་དུ་འཇུག་གམ། ཐལ་མོས་དེབ་པ་ལྟ་བུའི་འཆུག་ཏུ་  
 འཇུག་ན་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །ལྷ་བ་ལེན་པའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྟ་  
 བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བས་དགོ་སྟོང་མ་བདུན་རྒྱད་ཚུན་ཆད་གྱི་ཉེ་དུ་  
 མ་ཡིན་པ་ལས་བལ་གོས་སོགས་ལེན་ན་གོས་བཟང་ངན་བརྟེན་པ་མ་གཏོགས་  
 ཏེ་གོས་ལག་ཏུ་ཐོབ་པའི་ཆོན་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །དུག་པ་སྟོང་བའི་སྤང་  
 བ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཁྱིམ་བདག་སྟེས་པ་དག་གམ་  
 ཁྱིམ་བདག་གི་རྩལ་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་གན་དུ་སོང་སྟེ་གོས་སྟོང་ན་གནང་  
 བའི་དུས་མ་གཏོགས་ཏེ་སྤང་བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་གནང་བའི་དུས་ནི་  
 འདྲི་ཡིན་ཏེ། དགོ་སྟོང་གི་ཆོས་གོས་རྒྱན་མས་ཐོགས་སམ། གོས་བོར་བ་

ལྟ་བུའི་བརྒྱུག་གྲུམ། གོས་མེས་ཆོག་གྲུམ། གོས་རྒྱུད་གིས་ཁྱེར་རྒྱུ། གོས་  
 རྒྱུར་ཁྱེར་ན་བསྐྱབ་གཞི་དེ་ལ་སྐྱབས་དེ་ནི་གནད་བའི་དྲུམ་ཡིན་ནོ། །བདུན་  
 བ་སྒྲོང་བར་རིགས་པའི་སྒྲུང་བའི། ཡང་དགེ་སྒྲོང་གོས་ཆོས་རྒྱུན་པས་སྒྲིགས་  
 སམ། གོས་བརྒྱུག་གྲུམ། གོས་ཆོག་གྲུམ། གོས་རྒྱུད་གིས་ཁྱེར་རྒྱུ། གོས་  
 རྒྱུར་ཁྱེར་ན་ཁྱིམ་བདག་གྲུམ། ཁྱིམ་བདག་གི་རྒྱུད་མ་ཉེ་དྲུམ་ཡིན་པའི་ཡང་  
 གན་དུ་སྒྲོང་ལ་གོས་སྒྲོངས་བར་བུའོ། །དགེ་སྒྲོང་དེ་ལ་གྲུལ་ཏེ་བམ་ཟེ་ལྟ་  
 ལུངས་ཁྱིམ་བདག་དང་བ་ཅན་ཞིག་གིས་དུས་གྱིས་གོས་མེས་པོ་དག་སྒྲོབས་  
 རྟེ་འབུལ་བ་ལ་འདོད་ན། དགེ་སྒྲོང་དེས་སྒྱུན་བདག་དེ་ལས་གོས་སྒྲོང་གཡོག་  
 དང་སྒྲུབ་གཡོགས་དང་བཅས་པའི་མཐུར་བྲུག་པར་ཆང་བར་ཡང་བྲུངས་པར་  
 བུའོ། །དེ་ལས་ལྟག་པར་ཡིན་ན་སྒྲུང་བའི་ལྷུང་ཁྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་སྐྱགས་  
 བ་སྒྲོང་བའི་སྒྲུང་བའི། ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྒྲོང་གི་ཁྱིམ་ཁྱིམ་བདག་གྲུམ་  
 ཁྱིམ་བདག་གི་རྒྱུད་མ་ཉེ་དྲུམ་ཡིན་པས་གོས་ཀྱི་རིན་གསེར་ལ་སོགས་པ་དག་  
 སྐྱགས་པ་སྟེ་སྟ་གོན་བྱས་ནས་བདག་གིས་གོས་ཀྱི་རིན་གསེར་ལ་སོགས་པ་  
 འདི་དག་གིས་བལ་ལ་སོགས་པའི་གོས་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཉོས་ལ། དགེ་  
 སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་འོངས་ན་དེ་ལ་བདག་གིས་གོས་རྒྱུད་བ་སྟེ་འོངས་  
 རྒྱུད་པར་འོས་པ་དུས་སུ་བསྒྲོན་ནོ། །སྒྲུམ་པ་ལས་དེ་ལ་གྲུལ་ཏེ་དགེ་སྒྲོང་  
 དེ་ལ་སྒྲུར་མ་བསྐྱབས་པ་སྟེ་མགོན་དུ་མ་བོས་པར་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འགའ་  
 ཞིག་བྱུང་སྟེ་གོས་བཟང་པོ་འདོད་པའི་ཁྱིམ་ཁྱིམ་བདག་གྲུམ། ཁྱིམ་བདག་

གི་ཚུང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡི་གན་དུ་སོང་ནས་འདྲི་སྐད་ཅེས་ཆོ་དང་ལྟན་  
 བས་བདག་གི་ཕྱིར་གོས་གྱི་རིན་གསེར་སོགས་གང་དག་སྒྲགས་བས་གོས་  
 གྱི་རིན་དེ་དག་གིས་ཆོ་དང་ལྟན་པ་བལ་ལ་སོགས་པའི་གོས་འདྲི་དང་འདྲི་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་ཉོས་ལ། བདག་ལ་གོས་རུང་བ་དུས་སྟེ་ལེགས་པར་སྒྲོན་ཅིག་  
 ཅེས་སྒྲུས་ཏེ་གོས་ལག་ཏུ་ཐུབ་པ་ཉེ་ཐོབ་ན་སྒྲུང་བའི་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགྲ་  
 བ་སོ་སོ་ནས་སྒྲགས་པ་སྒྲོང་བའི་སྒྲུང་བ་ནི། ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གི་  
 ཕྱིར་ཁྱིམ་བདག་དང་ཁྱིམ་བདག་གི་ཚུང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པས་གོས་གྱི་རིན་  
 གསེར་སོགས་སོ་སོ་བ་ཉེ་ཐོབ་དང་བདེ་དག་གིས་སྒྲགས་ནས་བདག་ཅུག་གཉིས་  
 གྱིས་གོས་གྱི་རིན་སོ་སོ་བ་འདྲི་དག་གིས་གོས་འདྲི་དང་འདྲི་ལྟ་བུ་སོ་སོ་བ་  
 དག་ཉོས་ལ་ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་མིང་འདྲི་ཞེས་བུ་བ་འོངས་པ་དང་  
 བདག་ཅུག་གཉིས་གྱིས་སོ་སོ་ནས་དེ་ལ་གོས་རུང་བ་དུས་སྟེ་བསྒྲོན་ཆོ་སྟུང་  
 བ་ལས། དེ་ལ་གཤམ་ཏེ་དགོ་སྒྲོང་དེ་ལ་སྒྲུང་མ་བསྒྲུབས་པར་ནམ་པར་དག་  
 བ་འགའ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་བཟང་པོ་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཁྱིམ་བདག་དང་ཁྱིམ་བདག་  
 གི་ཚུང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་གན་དུ་སོང་ནས་འདྲི་སྐད་ཅེས། ཆོ་  
 དང་ལྟན་པ་དག་གིས་བདག་གི་ཕྱིར་གོས་གྱི་རིན་སོ་སོ་བ་གང་དག་སྒྲགས་  
 པའི་གོས་གྱི་རིན་སོ་སོ་དེ་དག་གིས་ཆོ་དང་ལྟན་པ་དག་གོས་འདྲི་དང་འདྲི་  
 ལྟ་བུ་སོ་སོ་བ་ཉེ་ཐོབ་དང་དག་ཉོས་ལ་གཉིས་ཀྱི་འདུས་ཏེ་བདག་ལ་གོས་  
 རུང་བ་ཅིག་དུས་སྟེ་ལེགས་པར་སྒྲོན་ཅིག་ཅེས་སྒྲུས་ཏེ། གོས་ཐུབ་ན་སྒྲུང་

བའི་ལྷང་བྱེད་དོ། །བཙུ་བ་བསྐྱར་བའི་སྤང་བ་ནི། ཉེ་དགའ་ལྷ་ལུའི་དགོ་  
 སྤྱོད་གི་ཕྱིར། རྒྱལ་རིགས་སྤྱི་པོ་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལམ། རྒྱལ་  
 པོའི་སྤྱོད་པོ་ཆེན་པོ་ལམ། གཙང་སྤྱ་ཅན་བྲམ་ཟེལམ། བྱིས་བདག་ལྷུག་པོ་  
 དག་གམ། སྤོང་དལ་གྱི་མི་ལམ། ཡལ་མི་ལམ། རྣོང་བྱེ་བའི་ལྷུག་བས་རྣོང་  
 ཅན་རྣམ། ཅོད་པན་བཅིང་བས་ཆོད་དཔོན་རྣམ། དོན་མཐུན་ལན་གཉིས་  
 སམ་གསུམ་འདས་པའི་དྲིད་དཔོན་གྱིས་མིའི་འགོ་བའི་ཕོ་ཉའི་ལག་རྒྱ་གོས་  
 གྱི་རིན་གསེར་ལ་སོགས་པ་དྲག་བསྐྱར་བར་གྱུར་ལ་དེ་ནས་ཕོ་ཉ་དེ་གོས་  
 གྱི་རིན་དེ་དྲག་ཁྱེད་ནས་དགོ་སྤྱོད་དེ་གལ་བ་དེར་སོང་སྟེ་བྱིན་ནས་དགོ་སྤྱོད་  
 དེ་ལ་འདྲི་རྒྱད་ཅེས་འཕགས་པ་མཁུན་པར་མཛོད་ཅིག ཁྱེད་ལ་རྒྱལ་པོ་ལམ།  
 སྤྱོད་པོ་ཆེན་པོ་ལམ། བྲམ་ཟེལམ། བྱིས་བདག་གམ། སྤོང་དལ་གྱི་མི་ལམ།  
 ཡལ་མི་ལམ། རྣོང་ཅན་རྣམ། ཆོད་དཔོན་རྣམ། དྲིད་དཔོན་ཆེ་གོ་མོས་གོས་  
 གྱི་རིན་འདྲི་དྲག་བསྐྱར་གྱིས། འཕགས་པས་ལྷུགས་བརྟེ་བའི་སྤྱད་རྒྱ་གོས་  
 རིན་བསྐྱར་བ་འདྲི་དྲག་བཞེས་གིག་ཅེས་འཛིན་དེ་རྒྱད་ཟེར་ན། དགོ་སྤྱོད་  
 དེས་ཕོ་ཉ་དེ་ལ་འདྲི་རྒྱད་ཅེས། ཆོད་དཔོན་པ་ཕོ་ཉ་དགོ་སྤྱོད་དག་ནི་གོས་  
 གྱི་རིན་གསེར་སོགས་དངོས་པོ་མ་རུང་བ་རུང་བ་མ་བྲས་པ་དྲག ལེན་རྒྱ་མི་  
 རུང་སྟེ་བདག་ཅག་གོས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་རུང་བ་རྒྱས་སྤྱོད་ན་ནི་ལེན་ཏོ་ཞེས་  
 བཛོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཕོ་ཉ་དེས་དགོ་སྤྱོད་དེ་ལ་འདྲི་རྒྱད་ཅེས་འཕགས་  
 པ་རྣམས་གྱི་ཞལ་ཏེ་བཤུད་པ་འཕགས་པ་རྣམས་གྱི་ཞལ་ཏེ་ཉམས་སྤྱ་ལེན་



པ་རུང་བར་བྱེད་པ་གང་ལགས་པ་འགྲེལ་མཆོས་སྐུ་ཞེས་ཟེར་ན། གོས་འདོད་  
 པ་ས་ཐོ་ཉ་དེ་ལ་འདྲི་སྐད་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཐོ་ཉ་འདྲི་ནི་དགོ་སྒྲོང་ནམས་  
 གྱིས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟེ་འདྲི་ནི་དགོ་སྒྲོང་ནམས་གྱིས་ཞལ་ཏུ་ཉམས་སྒྲུ་ལེན་  
 པ་འོ་ཞེས་ཅི་ཆོད་དང་ལྷ་འབངས་ལྷ་བུའི་ཀྱན་དགའི་ར་བ་པ་འཕམ། གསུམ་  
 ལ་སྒྲུབས་སྒྲུ་མོང་ཞིང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྷ་སྐྱངས་པས་དགོ་བསྟེན་ཞལ་ཏུ་བ་  
 རུང་བ་བྱེད་པ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ཐོ་ཉ་དེས་གོས་གྱི་རིན་དེ་དྲག་ཁྱེར་  
 བས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་གཤམ་པ་དེར་འགྲོ་བར་བྱ་ཞིང་ཕྱིན་ནས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་  
 དེ་ལ་འདྲི་སྐད་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་གོས་པར་གྱིས་གིག། ཁྱོད་  
 གྱིས་གོས་གྱི་རིན་འདྲི་དགའ་གིས་བལ་ལ་སོགས་པའི་གོས་འདྲི་དྲང་འདྲི་ལྷ་  
 བུ་ཞིག་ཉོས་ལ་དགོ་སྒྲོང་མིང་འདྲི་ཞེས་བྱ་བ་འོངས་པ་དང་དེ་ལ་གོས་རུང་  
 བ་དུས་སྒྲུ་སྒྲོན་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ཐོ་ཉ་དེས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་  
 པ་དེ་ལ་གིན་ཏུ་ལེགས་པར་ཡང་དག་པར་བསྟོ་ཞིང་། ཡང་དག་པར་བསྟན་  
 བས། དགོ་སྒྲོང་དེ་གཤམ་པ་དེར་འགྲོ་བར་བྱ་ཞིང་ཕྱིན་ནས་དགོ་སྒྲོང་དེ་ལ་  
 འདྲི་སྐད་ཅེས་འཕགས་པས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་བསྟན་པ་གང་ལགས་པ་དེ་  
 ལ་བདག་གིས་ཡང་དྲག་པར་བསྟན་ལགས་གྱིས། དེའི་གཤམ་དུ་བཞུགས་ཅིག།  
 དྲང་དེས་ཁྱོད་ལ་གོས་རུང་བ་དུས་སྒྲུ་བསྒྲོན་པར་འཕྱར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
 བྱའོ། །དགོ་སྒྲོང་གོས་འདོད་པས་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པའི་གཤམ་དུ་སོང་ལ། ཆོ་དང་  
 ལྷན་པ་ཞལ་ཏུ་བྱེད་པ་བདག་གོས་འདོད་དོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཞལ་ཏུ་བྱེད་

པ་བདག་གོས་འདྲ་དོ། །ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱུལ་བར་བྱ།  
 དན་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ལན་ཅིག་བསྐྱུལ་བས་གྲུབ་ན་གཉིས་པ་མི་བྱ་གཉིས་  
 བས་གྲུབ་ན་གསུམ་པ་མི་བྱ། གཉིས་པས་མ་གྲུབ་ན་གསུམ་པ་ཡང་བྱ་སྟེ། དེ་  
 དག་ནི་དུས་དང་པོར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱུལ་ཞིང་  
 དན་པར་བྱས་པ་ན་གལ་ཏེ་གོས་དེ་ལག་ཏུ་གྲུབ་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས་ཏེ། སྦྱོར་  
 བདག་ཚོ་ཉ་ཞལ་ཏེ་བྱེད་བརྒྱུས་ལ་འད་གཏོང་བ་དང་སྦྱད་པའི་བསོད་ནམས་  
 འཕེལ་ལ། དག་སྒོང་ལ་ཡང་འཛིག་རྟེན་དང་འདུལ་བར་འགའ་བའི་ཉེས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མ་གྲུབ་ན། ལན་བཞི་ལན་ལྷ་ལན་དུག་གི་  
 བར་དུ་ཞལ་ཏེ་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་ཅད་མི་སྦྲུལ་བར་བསྟན་པར་བྱའོ། །ལན་  
 བཞི་ལན་ལྷ་ལན་དུག་གི་བར་དུ་ཕྱོགས་སུ་ཅད་མི་སྦྲུལ་བར་བསྟན་པ་ན། གལ་  
 ཏེ་གོས་དེ་གྲུབ་ན་ལེགས་ཏེ་དག་སྒོང་ལ་སྦྱོར་དངོས་ཀྱི་ལྟར་བ་མ་བྱུང་ཞིང་  
 སྦྱོར་བདག་ཚོགས་ལ་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བསྐྱུལ་  
 བསྟན་ལན་དུག་གིས་མ་གྲུབ་ན་དེའི་འོག་ཏུ་གོས་སྦྱུབ་པའི་ཕྱིར་བཅོལ་ཏེ་  
 གོས་ལག་ཏུ་གྲུབ་ན་སྦྱང་བའི་ལྟར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་བསྐྱུལ་བསྟན་ལན་  
 དུག་གིས་མ་གྲུབ་ན་ཕྱོགས་གང་ནས་གོས་ཀྱི་རིན་དེ་དག་འོང་བ་དེར་དགོ་  
 སྒོང་བདག་ཉིད་འགྲོ་རྟེ་སྦྱོར་བདག་ལ་བད་སྟན་པར་བྱའོ། །ཡང་ན། ཡིད་  
 བརྟན་པའི་ཚོ་ཉ་ལས་ཆོད་དང་ལྟན་པ་དག་གིས་དག་སྒོང་ཆེ་གོ་མོའི་ཕྱིར་གོས་  
 ཀྱི་རིན་གང་དག་བསྐྱར་བ་དེ་དག་ནི་དག་སྒོང་དེས་དོན་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་ཀྱིས་

ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲག་གིས་རང་གི་ཁོར་ཆུད་མ་གསུམ་  
 ཅིག་ཅེས་སྤྲིངས་པར་བྱ་སྟེ། བསྐྱབས་ཞིནེ་ལ་དེ་ནི་ཆོག་སྟེ་ཐབས་ཡིན་ནོ། །  
 བཅུ་ཚན་གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སའི་ངོ་བོ་རྒྱས་  
 བར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་ལ། སྤྱན་བཤམ་དང་། བལ་ནག་འབའ་  
 ཉིག་དང་། ཆ་གཉིས་བསྐྱབ་བ་དྲང་། ལོ་དྲུག་གི་ནང་དུ་སྟན་གཉིས་བ་དྲང་།  
 མཐོ་གང་དང་། ལུ་མ་དུ་བལ་ཐོགས་བ་དྲང་ནི། འབྲུ་བ་ཕྱི་ལ་འཇུག་བ་དྲང་  
 ནི། གསེར་དཔུལ་ལ་རེག་བ་དྲང་མདོན་ཆོན་ཅན་གྱི་སྦྱོད་བ་དྲང་། ཉེ་ཆོར་  
 ཏོ། །གཉིས་པ་ལ་བཅུ་ལས། དང་པོ་སྤྱན་བཤམ་གྱི་སྤྱང་བ་ནི། ཡང་ཆོས་འདི་  
 པའི་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བས་སྤྱན་བཤམ་གྱི་སྤྱང་བའི་སྤྱན་བཤམ་གྱི་སྟན་  
 གསལ་བའི་སུར་བ་སྟེ་གསལ་རྟེན་མིན་བ་བྱེད་ན་བཀྲམ་པའི་ཆོན་སྤྱང་བའི་  
 རྟེན་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་བལ་ནག་འབའ་ཞིག་པའི་སྤྱང་བ་ནི། ཡང་དགོ་  
 སྟོང་གང་ལྷག་བལ་རང་བཞིན་གྱི་ནག་བ་དང་སྟོང་བས་གནག་བ་དང་འདམ་དང་  
 འདམ་ཁས་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་གི་སྟན་ནང་ཆངས་ཅན་དང་སྤྲིངས་པ་སུར་བ་བྱེད་  
 ན་སྤྱང་བའི་རྟེན་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ཆ་གཉིས་བསྐྱབ་པའི་སྤྱང་བ་ནི། དགོ་  
 སྟོང་གིས་སྟན་སུར་བ་བྱེད་ན་བཞི་ཆ་གཉིས་ནི་ལྷག་བལ་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་  
 པ་ལས་གཞུག་པར་ཏེ་བསྐྱབ་བར་བྱ། བཞི་ཆ་གསུམ་པ་ནི་སྟོང་རྒྱབ་དང་  
 གཉའ་ནས་སྤྱེས་པའི་བལ་དགྲར་པོ་འབའ་ཞིག་པ་ལས་བསྐྱབ་བར་བྱ། བཞི་  
 ཆ་བཞི་པ་ནི། ཀར་པ་ལྟོ་བ་མགོ་བོ་ནས་སྤྱེས་པའི་འཁོབ་བཤམ་ལས་གཞུག་

པ་སྟེ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཤལ་ཏེ་དགོ་སྟོང་གིས་ཆ་གཉིས་ལུག་བལ་ནག་པོ་  
 འབའ་ཞིག་ལས་མ་བཅུག་གམ་གསུམ་པ་དཀར་པོ་ལས་བཞི་པ་ནི་འཁོབ་  
 བལ་ལས་མ་བཅུག་པར་སྟན་སྒྲིངས་པ་གསར་པའི་སར་པ་བྱེད་ན་སྤང་བའི་  
 ལྟར་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་ལོ་དྲུག་གི་ནང་དུ་སྟན་གཉིས་བྱེད་པའི་སྤང་བའི། དགོ་  
 སྟོང་གི་སྤངས་པའི་སྟན་སར་པ་བྱེད་ན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ལོ་དྲུག་ཚུན་ཆད་  
 དུ་བཅད་པར་བྱའོ། །ཤལ་ཏེ་དགོ་སྟོང་གིས་ལོ་དྲུག་ཚུན་ཆད་དུ་སྟན་སྒྲིང་  
 པ་དེ་སྤངས་ཀྱང་རུང་མ་སྤངས་ཀྱང་རུང་སྟན་སར་པ་གཞན་གཉིས་པ་བྱེད་  
 ན་དགོ་འདུན་གྱིས་གནད་པ་མ་གཏོགས་དེ་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དོ། །ལྷ་པ་  
 མཐོ་གང་གི་སྤང་བའི། དགོ་སྟོང་གིས་གདིང་པ་སར་པ་བྱེད་ན་སར་པ་ཁ་  
 རོག་མི་སྟག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གདིང་བ་རྟེན་པ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་མཐོ་  
 གང་སྟེ་ཆད་ལྟན་གྱི་ཁི་ཕྱེད་དང་དོ་ཀུན་ལས་འཁོར་བས་སྤྲོན་པར་བྱའོ། །ཤལ་  
 ཏེ་དགོ་སྟོང་གིས་གདིང་པ་སར་པ་ཁ་རོག་མི་སྟག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། གདིང་  
 བ་རྟེན་པ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་མཐོ་གང་འཁོར་བས་མ་སྤྲོན་པ་གདིང་པ་  
 སར་པ་སྟོན་ན་སྤང་བའི་ལྟར་བྱེད་དོ། །དུག་པ་བལ་ཐོགས་པའི་སྤང་བའི།  
 དུག་སྟེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་དགོན་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པས་ལུག་བལ་དྲག་གཞན་  
 ལས་རྟེན་ལ་འདོད་ན་དགོ་སྟོང་དེས་སྤང་བར་བྱའོ། །སྤངས་ནས་གཞན་  
 རུང་ཁྱེད་པ་མེད་ན་དཔག་ཆད་གསུམ་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་བར་ཚུན་ཆད་དུ་  
 བདག་རང་ཉིད་གྱིས་བཀུར་བར་བྱའོ། །དེ་ལས་འདས་པར་ཁྱེད་ན་སྤང་

བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་བལ་ཆེལ་དུ་འཇུག་པའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་དགེ་  
 སྤྱོད་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བས་དགེ་སྤྱོད་མ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལྷན་  
 བལ་ཆུར་འཁྱར་འཇུག་གམ་ཆོན་གྱིས་འཆོད་དུ་འཇུག་གམ། བལ་འདབ་  
 ཆེལ་དུ་འཇུག་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་གསེར་དབུལ་ལ་ཤེག་པའི་  
 སྤང་བ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་རང་གི་ལག་གིས་གསེར་དུང་  
 དབུལ་སྒྲགས་ཤིན་ཆེན་ལེན་ཏམ་ལེན་དུ་འཇུག་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །  
 དགུ་པ་མདོན་ཆོན་ཅན་སྤྱོད་པའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུ་ཆོས་འདི་པའི་  
 དགེ་སྤྱོད་གང་ཤིན་པོ་ཆེ་མདོན་མཆོན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་ནམ་པ་སྒྲ་ཆོག་སྤྱོད་  
 བ་བསྐྱེད་ཕྱིན་པའི་ཆེ་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཅུ་པ་ཉི་ཆོང་གི་སྤང་བ་ནི།  
 ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་ཡང་རུང་བས་ཤིན་པོ་ཆེ་ལས་གཞན་པའི་  
 ཉི་ཆོང་ནམ་པ་སྒྲ་ཆོག་སྤྱོད་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཅུ་ཆོན་གསུམ་པ་  
 ལ་གཉིས་ཏེ། རྩོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། རྩོམ་ལ། ལྷུང་བ་བྱེད་འཆང་བ་དང་། ཆོལ་བ་གཉིས་དང་། ཐ་  
 ག་གཉིས་ཏེ་འཐག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། འཐག་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་དང་། གོས་ཕྱིན་  
 པ་སྒྲིག་པ་དང་། རྩོན་རྒྱ་ཐ་ཆུང་སྡེ་བརྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དགོན་པ་པ་  
 ཡི་འབྲལ་བ་དང་། དབྱར་གྱི་རྩ་ས་ཆེན་ལས་གྱུར་པ་དང་། བསྐྱེས་པ་གཞན་  
 དུ་བསྐྱུར་བ་དང་ནི། གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བ་དག་གོ། །གཉིས་པ་ལ་བཅུ་  
 ལས། དང་པོ་ལྷུང་བ་བྱེད་འཆང་བའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་དགེ་སྤྱོད་གིས་རང་གིས་

ཕྱིན་རྒྱལ་ཅན་གྱི་ལྷུང་བཟེད་མ་གཏོགས་པའི་ལྷུང་བཟེད་ལྷག་མ་ཞག་བཙུར་  
 འཆང་བར་བྱའོ། །དེ་ལས་འདས་པར་བཅུང་ན་བཙུག་ཅིག་པའི་རྒྱ་རིངས་  
 ཤར་ཆེ་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ལྷུང་བཟེད་ཆོལ་བའི་སྤང་བ་ནི།  
 ཡང་ཉེ་དགའ་ལྷ་སྤྱེད་གྲོ་སྤྱོད་གང་ལྷུང་བཟེད་ལྷན་པ་ལྷ་མེད་པ། ལོངས་  
 སྤྱད་པར་བཟེད་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་བཟང་པོ་འདོད་པའི་ཕྱིར་ལྷུང་བཟེད་སར་  
 པ་གཞན་ཆོལ་བར་བྱེད་ཞིང་ལྷུང་བཟེད་ལག་ཏུ་གྲུབ་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་  
 དོ། །ལྷུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་ཚུལ་རི་ལྷ་སྤྱེད་ཞེས། ལྷུང་བ་འཕྱིན་པའི་དགྲོ་སྤྱོད་  
 དེས་ལྷུང་བཟེད་ལྷག་པོ་དེ་དགྲོ་སྤྱོད་གྲོ་འཁོར་ལ་དབུལ་བར་བྱའོ། །དགྲོ་  
 སྤྱོད་གྲོ་འཁོར་དེའི་ལྷུང་བཟེད་ཐ་མར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དགྲོ་སྤྱོད་དེ་  
 ལ་ཕྱིན་ནས་འདི་སྤང་དུ། དགྲོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ལྷུང་བཟེད་འདི་ཕྱིན་གྱིས་བསྐབ་  
 པར་མི་བྱ། གཞན་ལ་གཏོང་བར་མི་བྱ། གཞན་ལ་སྤྱོན་པར་མི་བྱ་བར་ཆག་  
 པའི་མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་ཁད་གྱིས་དལ་སྤྱེད་ལ་སྤྱེད་སྤྱད་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 སྤྱོན་པར་བྱ་ནེ་བསྐབ་གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོག་པའོ། །གསུམ་པ་འཐག་ཏུ་འཇུག་  
 པའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྷ་སྤྱེད་དགྲོ་སྤྱོད་གང་རང་གི་ལྷག་གིས་བསྐབས་  
 པའི་དོག་པ་ཐ་ག་པ་བདུན་རྒྱུད་ཚུན་ཆད་གྱིས་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་འཐག་  
 ཏུ་འཇུག་ན་གོས་གྲུབ་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་འཐག་རྒྱ་བསྐྱེད་  
 པའི་སྤང་བ་ནི། ཉེ་དགའ་ལྷ་སྤྱེད་དགྲོ་སྤྱོད་གྲོ་ཕྱིར་བྱིས་བདག་གམ་བྱིས་  
 བདག་གི་རྒྱུང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པས་ཐ་ག་པ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་འཐག་

ཏུ་བཅུག་པ་ལས། དེ་ལ་གཤམ་ཏེ་དགོ་སྒོར་དེ་ལ་སྤར་མ་བསྟུངས་པར་ནམ་  
 བར་ཏོག་པ་འགྲའ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཐ་ག་པ་ཏེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་གན་ཏུ་སོང་སྟེ་  
 འཐག་རྒྱ་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་འདྲི་རྒྱན་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཐ་ག་པ་ཤེས་པར་  
 གྲིས་ཤིག་གོས་འདྲི་ནི་ཁོ་བོའི་ཕྱིར་འཐག་གིས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཐ་ག་གོས་  
 འདྲི་ཁིང་རྒྱ་ཆོ་བ་དང་། ལྷན་རྒྱ་རིང་ག་དང་། མཐར་ཁྱི་ཞག་པ་ཕྱིར་ལྷག་  
 སྟོམ་པ་དང་། ཐགས་རྩ་བ་བཟང་པ་སང་སང་སོགས་མེད་པ་ལེགས་པར་  
 གྲིས་ཤིག་ ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཐ་ག་པ་འདྲི་ལྷར་ཁོ་བོས་ཁྱོད་ལ་སྤྲུ་རན་འདྲི་  
 ལྷ་སྟེ། བཟང་པ་ལྷ་འམ། བཅུང་པ་ལྷ་ཅམ་མམ། བཟང་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
 སྤྱོན་ནོ་ཞེས་སྒྲིས་ནས་ཐ་ག་པ་དེ་ལ་གཤམ་ཏེ་དགོ་སྒོར་དེས་གོས་སྒྱུབ་སྤྲུ་པའི་  
 ཕྱིར་སྤྲུ་རན་འདྲི་ལྷ་སྟེ། བཟང་པ་འམ། བཅུང་པ་ཅམ་མམ། བཟང་རྒྱ་ཅུང་  
 ཟད་ཅིག་སྤྱོན་ཁིང་གོས་ལག་ཏུ་བྱུབ་ན་སྤང་པའི་ལྷར་ཕྱིན་དོ། །ལྷ་པ་འཕྲོག་  
 པའི་སྤང་བ་ནི། ཡང་དག་འཕོ་ལྷ་ཕྱའི་དགོ་སྒོར་གང་ཡང་རུང་བས་ཆོས་འདི་  
 པའི་དགོ་སྒོར་ལ་གོས་ཕྱིར་སྤང་དུ་མེད་པར་ཕྱིན་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་ཁྱོས་འབྲུག་  
 རམ་པར་ལྷར་ཏེ་ཡིད་མ་རངས་ནས་གོས་རང་གིས་འཕྲོག་གམ་གཞན་འཕྲོག་  
 ཏུ་འཇུག་ཅིང་དགོ་སྒོར་དེ་ལ་གོས་ཕྲོག་པའི་ཆོག་འདྲི་རྒྱན་ཅེས་དགོ་སྒོར་ཁྱོད་  
 ལ་གོས་མི་སྤྱོན་གྲིས་གོས་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅིག་ཅེས་ཟེར་ན་ཡུལ་དགོ་སྒོར་དེས་  
 གོས་ལྷག་མ་ཡོད་པ་ཕྱིར་སྤྱོན་བར་བྱ་ཁིང་བཏང་ན་ལུས་དང་བྲལ་བའི་ཆོ་  
 བ་སྤང་པའི་ལྷར་ཕྱིན་དོ། །འུག་པ་བཏང་པ་ལས་བྱུང་པའི་སྤང་བ་ནི། དགོ་

སྒོར་གྱིས་སྒོན་ཟླ་ཐ་ཆུང་ཉར་དགག་དབྱེ་བྱེད་པའི་ཞག་བཅུས་མ་ཆད་བ་ཚུན་  
ཆད་དུ་ནད་པ་ལ་སྒྱུན་པ་ལྟ་བུའི་བརྟན་པ་སྒོ་བུར་པ་ལས་བྱུང་བའི་གོས་ཤིག་  
གཞན་ལས་རྟོན་ལ་འདོད་ན་དགེ་སྒོར་དེས་གོས་དེ་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །སྒྲུངས་  
ནས་གོས་སྒྱུན་པའི་དུས་ཀྱི་བར་དུ་བཅད་བར་བྱའོ། །འོ་ན་གོས་སྒྱུན་པའི་  
དུས་དུས་མིན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེན། དབྱར་ཁས་མ་སྒྲུང་བའི་གནས་སུ་ནི་སྒོན་ཟླ་  
ཐ་ཆུང་ཆུན་ཆད་དུས་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་དུས་མིན་ནོ། །ཁས་སྒྲུངས་པའི་གནས་  
སུ་སྒོན་འབྲིང་ཉ་ནས་དབྱིད་འབྲིང་ཉ་ཡི་བར་དུས་ཡིན་ལ་ལྷག་མ་དུས་མིན་  
ནོ། །དེ་ལས་འདྲས་པར་བཅད་ན་སྒྲུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་དགོན་  
པ་པའི་སྒྲུང་བ་ནི། དགེ་སྒོར་གཉིས་ཡན་ཆད་རུ་མང་པོ་དུག་གནས་  
མ་ལ་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་གོང་ལས་རྒྱུད་གྲགས་འཕགས་པའི་དགོན་པ་ཆོམ་  
རྒྱལ་པས་བཅོམ་པའི་དོགས་པ་དང་བཅས་པར་གྲགས་པ། མེད་གོ་སོགས་  
ཀྱིས་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་གྲགས་པ། སྒྲུང་བུ་སོགས་འཛིག་པ་ཐ་  
དད་པས་འཛིགས་སྐྱེ་རུང་བ་དང་བཅས་པར་གྲགས་པ་དུག་ཏུ་དབྱར་སྒྱིམ་ར་  
ཁས་སྒྲུངས་པར་གྱུར་ལ། དེ་ཡང་དབྱར་སྒྱིམ་སྒྲིང་གཞིའི་དབང་གིས་ཡིན་  
ཀྱི། ལྷུང་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་ངེས་པར་དགོས་པ་མིན་ནོ། །དགེ་སྒོར་དགོན་  
པ་བས་འདོད་ན་ཆོས་གོས་གསུམ་པས་ཆོས་གོས་གང་ཡང་རུང་བ་ཁྱིམ་གཞན་  
དུ་བཞག་པར་བྱའོ། །དགེ་སྒོར་དགོན་པ་པ་ལ་དགེ་འདུན་གྱི་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སྒྱིར་མཆོམས་ཀྱི་སྒྱི་རོལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་ཞིག་བྱུང་ན་



དགེ་སློང་དགོན་པ་པ་དེས་ཞག་དུག་གི་མཐའ་ཚུན་ཆད་དུ་ཆོས་གོས་བྱིས་གཞན་  
 ཏུ་བཞག་པ་དེ་དང་མཆོམས་གྱི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་འབྲལ་བར་བྱ་བར་རུང་བའོ། །དེ་  
 ལས་འདྲས་པར་འབྲལ་ན་ཞག་བདུན་པའི་སྒྱུ་རེངས་ཤར་བ་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་  
 ཕྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་དབྱར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་གྱི་སྤང་བ་ནི། དགེ་སློང་ནམས་  
 གྱིས་སོག་གྲ་ནམས་གྱི་ལྷ་བ་གཅིག་ལུས་པ་ན་དབྱར་པའི་ཉ་ནས་དབྱར་གྱི་གོས་  
 རས་ཆེན་བཅོལ་བར་བྱའོ། །དབྱར་ཟད་ནས་འོག་ཏུ་ལྷ་བ་ཕྱིན་དེ་སྟོན་འཁྱེད་  
 གནམ་སྟོང་གི་བར་དུ་བཅད་བར་བྱའོ། །གྲལ་དེ་དགེ་སློང་གིས་སོག་གྲ་ནམས་  
 གྱི་ལྷ་བ་གཅིག་ལུས་པའི་སྟོན་རོལ་ཏུ་འབྲར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་ཆོལ་བར་བྱེད་  
 དམ་དབྱར་ཟད་ནས་འོག་ཏུ་ལྷ་བ་ཕྱིན་ལས་ལྷག་པར་འཆར་ན་སྤང་བའི་  
 ལྷུང་ཕྱེད་དོ། །དགྲ་པ་བཟོས་བརྒྱར་གྱི་སྤང་བ་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་ལྷ་བའི་  
 དགེ་སློང་གང་ཡང་རུང་བ་སངས་རྒྱས་གྱི་ཉན་ཐོས་གྱི་དགེ་འདུན་ལ་བཟོས་  
 པའི་གོས་གྱི་ཆེད་པ་ཤེས་བཞིན་དུ་གང་ཟག་བདག་ལ་བརྒྱར་དུ་འདྲུག་ན་  
 སྤང་བའི་ལྷུང་ཕྱེད་དོ། །བཅུ་པ་གསོག་འཛོག་གི་སྤང་བ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 གྱིས་དགེ་སློང་ན་བ་ནམས་ལ་པན་པ་སོ་སོར་བརྟེན་པར་བྱ་བའི་སྒྲན་གང་  
 དག་བཀའ་སྒྲུལ་པ་འདྲི་ལྷ་སྟེ་མར་བཞུ་བའི་ཁྱེན་མར་དང་། འབྲུ་མར་དང་།  
 སྤང་ཅི་དང་། ལྷ་རམ་གྱི་དབྲུབ་དེ་དག་ལས་དགེ་སློང་ན་བས་འདོད་ན་རང་  
 གིས་ཞག་བདུན་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དེ་གསོག་འཛོག་གིས་ཡོངས་སུ་ཡོང་  
 སྟེད་པས་ཡོངས་སུ་ཡོངས་སུ་དྲ་བར་བྱའོ། །དེ་ལས་འདྲས་པར་ཡོངས་སུ་

ཡོངས་སྤྱོད་པར་བྱེད་ན། ཞག་བརྒྱད་པའི་སྤྱི་ཡོངས་ཤར་བ་ན་སྤང་བའི་ལྷུང་  
བྱེད་དོ། །

གཉིས་མཇུག་བསྟུ་བཞི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲག་བདག་གིས་སྤང་བའི་ལྷུང་  
བྱེད་གྱི་ཆོས་སྤྲུལ་རྩ་པོ་དྲག་བརྟོན་ཟེན་དོ། །གསུམ་པ་རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་  
བཞི། དེ་ལ་བདག་གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲག་ལ་ཅི་འདྲི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་  
སྤྱོད་གསུམ་ཞེས་དྲི་དོ། ཅི་འདྲི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་སྤྱོད་གསུམ་ཞེས་ལན་  
གཉིས་ལན་གསུམ་དྲི་དོ། །འདྲི་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དྲག་ཡོངས་སྤྱོད་གསུམ་  
འདྲི་ལྷུང་ཅད་མི་སྤྱི་བས་དེ་དེ་བཞིན་དྲ་འཛིན་དོ། །གཉིས་པ་ལྷུང་བྱེད་  
འབའ་ཞིག་པ་གདོན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤྱི་སྤྱོད་གྱི་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་ངོ་  
བོ་རྒྱས་པར་བཤད། མཇུག་བསྟུ་བ། རྣམ་བཞག་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། སྤྱི་སྤྱོད་ལ། ཤེས་བཞིན་དྲ་རྒྱ་དྲ་སྤྱི་བ་སོགས་དྲ་བའི་ས་བོན་འཛིག་  
པ་སོགས་དྲ་དང་། དགེ་སྦྱོང་མ་ལ་མ་བསྐྱེས་པར་ཆོས་སྤྱོད་པ་སོགས་དྲ་དང་།  
ཡང་ཡང་ཟ་བ་སོགས་དྲ་དང་། སོག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཆུ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་  
པ་སོགས་དྲ་དང་། ཁྱིམ་དུ་ཟས་གཅོད་པ་སོགས་དྲ་དང་། བསམ་བཞིན་དྲ་དྲ་  
འགོ་གསོད་པ་སོགས་དྲ་དང་། འགོ་ན་མད་རྒྱན་མ་དང་ལྷན་ཅིག་འགོ་ན་ལམ་  
དུ་འགོ་བ་སོགས་དྲ་དང་། མཆོད་སྟོན་ཏེ་ཁྱིམ་པ་འདུག་པ་ལ་མི་བསྐྱོ་བར་འགོ་  
བ་ལ་སོགས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ། བརྩ་ཚན་དགུ་ལས། བརྩ་ཚན་དང་པོ་ལ་  
གསུམ་ཏེ། སྤྱི་སྤྱོད་གྱི་མདོར་བསྟན། ལྷུང་བྱེད་གདོན་པའི་ལྷུང་དཔོག་ སོ་

སའི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་བོ་ནི། སྒྲུ་ལ། རྒྱ་རྒྱ་བ་དང་།  
 སྒྱ་ནས་སྒྱ་བ་དང་། དགེ་སྒྲོང་ལ་ཐུ་མ་བྱེད་པ་དང་། སྒྱ་སྒྲུག་བྱེད་པ་  
 དང་། ཆོས་སྒྲོན་པ་དང་། ཆོས་འདོན་པ་དང་། གནས་དན་ལེན་བརྟེན་པ་  
 དང་། མིའི་ཆོས་སྒྲུ་མ་བདེན་པར་སྒྱ་བ་དང་། བཤེས་དོར་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་  
 རྒྱ་གཞོད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷ་རྒྱ་པ་དྲག་ལྷ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་དགུ་  
 བརྒྱ་པོ་འདྲི་དྲག་ནི་སྒྱ་བ་བྱེད་ཅིང་སྒྲོ་སྒྲོར་ཐར་པའི་མདོ་གཏོན་པ་ལས་འབྱུང་  
 འོ་། །གསུམ་པ་ལ་བརྒྱ་ལས་དང་པོ་ཤེས་བཞིན་རྒྱ་སྒྱ་ནི། མེ་སྒྱིན་སྒྱེས་ལྷ་  
 སུའི་ཤེས་བཞིན་རྒྱ་བདེན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ནས་རྒྱ་སྒྱ་ན་དོན་གོ་བའི་  
 ཆོ་ལྷ་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་སྒྱ་ནས་སྒྱ་བ་ནི། དྲག་སྒྲེ་ལྷ་སུའི་དགེ་སྒྲོང་གིས་  
 མིའི་སྒྱ་ནས་སྒྱ་བའི་བསམ་པས་སྒྱ་ན་སྒྱ་ན་ཐར་པའི་མི་དག་འབའ་མདོན་  
 གོ་ན་ལྷ་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ཐུ་མ་བྱེད་པ་ནི། དྲག་སྒྲེ་ལྷ་སུའི་དགེ་སྒྲོང་  
 གང་དགེ་སྒྲོང་ལ་དབྱེན་འདོད་པས་ཆེ་གོ་མོས་འདྲི་སྒྲིབ་ཟེར་རོ་ཞེས་ཐུ་མ་བྱེད་  
 ན་དོན་གོ་ཆོ་ལྷ་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་སྒྱ་སྒྲུག་བྱེད་པ་ནི། ཡང་དྲག་སྒྲེ་ལྷ་སུའི་  
 དགེ་སྒྲོང་གང་ཡང་རུང་བས་དགེ་འདུན་སྒྲོ་མཐུན་པས་ཆོས་དང་འདུལ་བ་  
 རི་ལྷ་བ་བཞིན་རྒྱ་ཚོད་པ་བཞི་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་སྐྱུངས་ནས་ཞི་བར་ཤེས་  
 བཞིན་རྒྱ་ཡང་ལས་ཀྱིས་སྒྱ་སྒྲུག་ལ་འབྲུགས་ལོང་བྱེད་ན་ལྷ་བྱེད་དོ། །ལྷ་  
 བ་སྐྱུང་མེད་ལ་ཆོས་སྒྲོན་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྷ་སུའི་དགེ་སྒྲོང་གང་སྐྱུང་  
 མེད་ཀྱི་ཡུལ་ལེགས་ཉེས་སྒྱ་བའི་དོན་གོ་བ་ལ། ཆོས་སུའི་ཆོས་སྒྲོན་ཆོ་དེ་

ལས་ལྷག་པའམ། ཆོག་དྲུག་གི་ཆོས་སྟོན་པ་ན་དེ་ལས་ལྷག་པར་དྲུག་གམ་  
 བདུན་གྱིས་ཆོས་སྟོན་ན་ལེགས་ཉེས་སྒྲོན་རྟེན་དེ་ག་པའི་སྒྲུབ་པ་ཁྱིམ་ས་གོགས་  
 སྒྲུལ་དང་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །དྲུག་པ་ཆོས་འདོན་པ་ནི། ཡང་དྲུག་  
 རྟེན་ལྷ་སྤྱི་དགོ་སྟོང་གང་དགོ་སྟོང་པ་མ་ལས་གཞན་པའི་གང་ཟག་བསྟེན་པར་  
 མ་རྫོགས་པ་དང་མཉམ་པ་དང་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་གིས་ཆོས་དང་ཡི་གེ་འདོན་ན་  
 ལྟར་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་གནས་ངན་ལེན་བརྟེན་པ་ནི། ཡང་དགོ་སྟོང་གང་  
 ཟག་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ལ་དགོ་སྟོང་པ་རྩལ་པོའི་པམ་ལྷག་གི་གནས་  
 ངན་ལེན་གྱི་ལྟར་བ་བརྟེན་ན། དགོ་འདུན་གྱིས་གསོལ་བ་འབའ་ཞིག་པའི་  
 ལས་གྱིས་གནང་བ་སྒྱུན་པ་ནི་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་མིའི་  
 ཆོས་སྒྲུབ་པ་བདེན་སྒྲུབ་ནི། ཡང་ཉ་པའི་རིགས་ཀྱི་དགོ་སྟོང་ལྟ་བུ་ལྷ་སྤྱི་དགོ་  
 སྟོང་གང་གང་ཟག་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ལ་མིའི་ཆོས་སྒྲུབ་པ་བདེན་པར་  
 སྒྲུབ་དོན་གོ་བའི་ཆེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་བཤེས་རྟེན་བྱེད་པ་ནི། ཡང་དགོ་  
 སྟོང་མཐོང་བོ་དང་ས་ལས་སྒྲུབ་ལྷ་སྤྱི་དགོ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བས་སྒྲུབ་ལེགས་  
 པར་རུང་བར་བྱས་པ་སྟེ་དང་པས་སྤུལ་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་སྟེ་དུས་གཞན་གྱི་ཆེ་  
 འདི་སྐད་ཅིས་ཆེ་དྲང་ལྟར་བ་དག་གིས་འདི་ལྟར་བཤེས་རྟེན་བྱས་ཏེ་དགོ་  
 འདུན་གྱི་གོས་ཀྱི་རྟེན་པ་དགོ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་བྱུང་བར་བསྟོས་པ་བདུག་གིས་  
 དོན་དུ་འཕལ་བདག་གི་བའི་གང་ཟག་ལ་བསྟོས་སོ་ཞེས་ཟེར་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
 བརྒྱུ་པ་བྱུང་དུ་གསོད་པ་ནི། ཡང་དྲུག་རྟེན་ལྷ་སྤྱི་དགོ་སྟོང་གང་གསོ་སྟོང་གི་

ཟླ་བ་ཕྱེད་ཕྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་པ་ལྟ་བུ་འདོན་པ་ན། བསྐྱབ་  
པ་ཁྱད་རྒྱ་གསོད་པའི་བསམ་མཁས་པས་འདི་སྒྲིད་ཅིས། ཆོད་དང་ལྷན་པ་དྲག་གྲང་  
དྲག་གིས་དགོ་སྒྲོང་ནམས་འགྱུར་པ་དང་ཡིད་ལ་གཅགས་པ་དང་གཞོན་པར་  
འབྱུང་བའི་བསྐྱབ་པའི་གནི་ཐན་ཆོག་ས་རབ་རྒྱ་ལྟ་བུ་འདི་དྲག་གིས་ཟླ་བ་  
ཕྱེད་ཕྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་པ་བཏོན་པ་དྲག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ་  
ཞེས་ཟེར་ཞིང་བསྐྱབ་པ་ཁྱད་རྒྱ་གསོད་ན་ལྟར་ཕྱེད་དོ། །བཅུ་ཆེན་གཉིས་  
པ་ལ། སྒྲིམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
སྒྲིམ་ལ། ས་བོན་དང་སྒྲེ་བ་འཛིག་པ་དང་འབྱུང་བ་དང་། བསྐྱོ་བ་ན་ལ་གཞོན་  
པ་དང་། ཁྱི་སྒྲིམ་གནས་མལ་དང་། གདིང་བ་དང་། སྒྲོད་པ་དང་། ཁྱིས་གཞོན་  
དང་། ཅུ་བ་འབྱུང་བ་ལ་འདུག་པ་དང་། སྒོག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཅུ་ཅུར་  
འདེབས་པ་དང་། བསྐྱུ་རྒྱུ་ལ་གཉིས་སུ་ཅིག་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཅུ་ལས། དང་པོ་ས་བོན་དང་སྒྲེ་བ་འཛིག་པ་ནི། རྒྱལ་སྒྲིམ་  
བུའི་དགོ་སྒྲོང་གིས་ས་བོན་གྱི་ཆོག་ས་ལྟ་དང་གོག་སྒྲུར་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་  
པའི་ཆོག་ས་གནས་པའི་གིང་སྒྲོན་པ་རང་གིས་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པས་འཛིག་  
གུམ། གཞན་འཛིག་པར་ཕྱེད་རྒྱ་འབྱུག་ན་ལྟར་ཕྱེད་དོ། །ས་བོན་ལྟ་ནི། ཅུ་  
བའི་ས་བོན་སྒྲིམ་སྒྲིང་སོགས་དང་། སྒྲོང་བུའི་ས་བོན་ཨ་ཤུ་སོགས་དང་།  
ཐོག་བུའི་ས་བོན་བྱ་རམ་གིང་སོགས་དང་། འགས་པའི་ས་བོན་ཨ་རྒྱ་གསལ་སོགས་  
དང་། ས་བོན་གྱི་ས་བོན་ནས་ལ་སོགས་པའོ། །གཉིས་པ་འབྱུང་བ་ནི། ཡང་

མཛེའ་བོ་དང་ས་ལས་སྐྱེས་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གིས་འབྱ་བའི་བསམ་བས་ཀུན་  
ནས་བསྐྱངས་ཏེ་འབྱ་བའམ་ཟུར་གྱིས་གཞིག་འབྲས་བྱེད་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
གསུམ་པ་བསྒྲོ་བ་ན་ལ་གཞོན་པ་ནི། ཡང་འདུན་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་  
བསྒྲོ་བ་ན་ལ་གཞོན་པའི་བསམ་བས་དག་གི་ནམ་པར་རིག་བྱེད་གཞན་བརྗོད་  
ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་གནས་མ་ལ་ནི། ཡང་དགེ་སློང་གང་དེ་བཞིན་གཤམས་  
པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་གྱི་ཁྱིའམ། ཁྱིའུ་འམ། རྟན་རྟང་ཚད་ས་ཅན་  
ནམ། ལ་བའམ། རྟས་སམ། གོར་བ་སྤྱི་བཞི། ལྷ་ག་བ་མེད་པར་རང་གིས་  
བཏིང་དམ། གཞན་འདིར་དུ་བཅུག་ནས་མ་བསྐྱས་སམ། ལྟར་དུ་མ་བཅུག་  
གམ། དགེ་སློང་འཁོད་པ་ལ་མ་བཅོལ་བར་དེ་ནས་འདོམས་བཞི་བཅུ་ཅ་  
དགུ་ཚུན་ཆད་གྱི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་པར་སོང་ན་ཆོམ་རྒྱན་པས་འདོམས་  
པ་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱན་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །ལྷ་བ་འདིར་བཞི། ཡང་  
དགེ་སློང་གང་དགེ་འདུན་གྱི་སློང་ལམ་བཞི་ཤོང་བའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཅའི་  
གདིང་བའམ། ལོ་མའི་གདིང་བ་རང་གིས་བཏིང་དམ། གཞན་འདིར་དུ་  
བཅུག་ནས་མ་བསྐྱས་སམ། ལྟར་དུ་མ་བཅུག་གམ། དགེ་སློང་འཁོད་པ་ལ་  
མ་བཅོལ་བར་དེ་ནས་འདོམས་བཞི་བཅུ་ཅ་དགུ་ཚུན་གྱི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་  
པར་སོང་ན་ཆོམ་རྒྱན་པས་འདོམས་པ་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱན་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་  
བྱེད་དོ། །ཁྱུག་པ་སློང་བཞི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་ཁོས་འབྲས་ས་  
རམས་པར་ལྷུང་ཏེ་ཡིད་མ་རངས་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་

ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྤྱོད་རང་གིས་སྤྱོད་དུ་མ། གཞན་སྤྱོད་ཏུ་འཇུག་ན་སྤྱོད་གི་བར་ཆད་ལ་སོགས་པ་དེ་འདྲ་པའི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་བྱིས་གཞོན་བྱེད་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་དགེ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ན་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྤྱོད་དུ་གྲྭ་ན་ལོངས་པར་རང་གིས་ཤེས་བཞིན་ཏུ་བྱིས་འོངས་ནས་སྤྱུ་ལ་གཞོད་པ་དེ་ཉིད་དེ་ལས་གཞན་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་སྟུམ་པ་དེ་ཉིད་དམིགས་སམ་རྒྱུ་ཏུ་བྱས་ཏེ་གཞོད་པས་ཟིལ་བྱིས་གཞོན་པའི་བྱིས་གཞོན་བྱས་ཏེ་སྟན་ལ་ཉལ་ལམ་འདུག་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་རྩ་བར་དབྱུང་བ་ལ་འདུག་པ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་བཞི་ཤོད་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྤྱོད་གི་ནམ་མཁའ་ལ་རྩལ་ལོ་མའི་སྤྱོད་ཤོར་བར་རམ་བཏིང་བར་གྱི་ལམ་གྱི་ལྷུ་རྩ་བ་ལམ་རྒྱུད་པ་འབྱུང་བར་རང་གི་ཤེས་བཞིན་ཏུ་ལྷོད་བྱིས་པ་བསྟེ་ཉལ་ལམ་འདུག་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་སྤྱོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཆུ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ནི། ཡང་འདུན་པ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་རང་གི་མིག་གིས་མཐོང་ནས་ཤེས་བཞིན་ཏུ་སྤྱོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཆུས་རྩལ་ལྟར་བྱེད་དོ། །བཅུ་པ་ལ་གུ་ཡིས་པ་གཉིས་སྤྱི་བྱེད་པ་ནི། ཡང་དུག་སྟེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གིས་གཙུག་ལག་ཁང་སྤྱོད་པར་བྱ་བ་དང་། ཆོད་ལས་ཆེན་པོ་ཞིག་རང་གིས་རྩིག་གམ། གཞན་ལ་རྩིག་ཏུ་འཇུག་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་དང་། གཏན་པ་དང་། རྒྱུ་ལྟར་དང་།

ཆུ་ཁུང་གི་སྒྲིང་བའི་གནས། རི་ཙམ་གཏོད་པར་བྱ་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲིང་བའི་གནས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་ལ་གཏུའི་རིམ་པ་འཛིན་པ་དང་བཅས་པ། ཉི་མ་གཅིག་ལ་གཉིས་སྐམ་གསུམ་ཅིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་ཅིག་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཙུའོ་གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲིང་གིས་མདོར་བསྟན། སྐྱོ་མའི་མཆོན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲིང་ལ། མ་བསྐྱོས་པར་ཆོས་སྟོན་པ་དང་། ཉི་མ་རུབ་ཀྱི་བར་དུ་སྟོན་པ་དང་། ཟས་ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཕྱིར་སྟོན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། ཆོས་གོས་སྟོན་པ་དང་སྟོད་པ་གཉིས་དག་དང་། དགེ་སྟོང་མའི་དོན་མཐུན་དང་ལྷན་ཅིག་འགོ་ན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་དང་། དེ་དང་ལྷན་ཅིག་གྲུང་འཇུག་པ་དང་། ལུང་མེད་དང་ལྷན་ཅིག་དཔེན་པར་འདུག་པ་དང་། དགེ་སྟོང་མ་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲུང་བ་གཉིས། དགེ་སྟོང་མ་ཡིས་སྟོང་བཙུག་པའི་ཟས་ཟ་བའོ། །གཉིས་པ་ལ་བཙུ་ལས། དང་པོ་མ་བསྐྱོས་པར་ཆོས་སྟོན་པ་ནི། ཡང་དུག་སྟེ་ལྷ་སྤུའི་དགེ་སྟོང་གང་དགེ་འདུན་གྱིས་གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་དགེ་སྟོང་མའི་སྟོན་པར་མ་བསྐྱོས་པར་དགེ་སྟོང་མ་ལ་ཆོས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སྟོན་ན། འཕགས་ལམ་གྱི་ཆོས་འདི་ལྷ་སྤུ་དང་ལྷན་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ཉི་མ་རུབ་ཀྱི་བར་དུ་སྟོན་པ་ནི། ཡང་དགའ་བྱེད་ལྷ་སྤུའི་དགེ་སྟོང་གང་དགེ་འདུན་གྱིས་གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་ཀྱང་ཉི་མ་རུབ་པའི་དུས་ཀྱི་བར་དུ་དགེ་སྟོང་མ་ལ་ཆོས་སྟོན་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ཟས་ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་སྟོན་པ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་



ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་གིས་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤྱོད་ནུས་ལ་ཆོག་འདི་སྤྱོད་  
 ཅེས་དགོ་སྤྱོད་དག་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བའི་ཟས་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དགོ་  
 སྤྱོད་མ་ལ་བསྐབ་བ་གསུམ་སྟོན་ཏེ་ཞེས་ཟེར་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །བཞི་བ་གོས་  
 སྟོན་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་དགོ་སྤྱོད་མ་བདུན་བརྒྱད་  
 ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལ་གོས་ཕྱིར་སྤྱོད་ཅེད་པར་བྱེན་ན་ལྟར་བྱེད་  
 དོ། །ལྟ་བ་གོས་བྱེད་པའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་  
 དགོ་སྤྱོད་མ་བདུན་བརྒྱད་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་གོས་བཟོ་བར་བྱེད་  
 ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དུག་པ་དོན་མཐུན་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུ་  
 དགོ་སྤྱོད་གང་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤྱོད་མའི་དོན་མཐུན་ཏེ་འགྲོན་པོ་དང་ལྟན་  
 ཅིག་འཐུམས་སྟེ་བད་བྱེད་ནས་འགྲོན་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་རྒྱུད་གསལ་གཅིག་  
 འདས་ན་གནང་བའི་དུས་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་གནང་བའི་དུས་  
 ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དོན་མཐུན་མེད་པར་བགོད་མི་རུས་པར་ལམ་དོན་མཐུན་གྱིས་  
 བགོད་པར་བྱ་བ་ཆོས་རྒྱན་སོགས་ཀྱིས་དོགས་པ་དང་བཅས་པར་གསལ་པ།  
 མེད་གོ་སོགས་ཀྱིས་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་གསལ་པ། སྡེག་སྒྲུལ་སོགས་  
 འཛིགས་པ་ཐད་དང་པས་འཛིགས་སྒྲུ་ཅུང་བ་དྲང་བཅས་པར་གསལ་པ་ཞིག་  
 ཡིན་ན་བསྐབ་བ་ཞིན་ཏེ་ལ་དེ་ནི་གནང་བའི་དུས་ཡིན་ནོ། །བདུན་པ་གྲུར་འཇུག་  
 པ་ན། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུ་དགོ་སྤྱོད་གང་དགོ་སྤྱོད་མའི་དོན་མཐུན་དང་ལྟན་  
 ཅིག་འཐུམས་ནས་གྲུ་གཅིག་ཏུ་འཇུག་ཅིང་རྩེ་ཆུང་ལས་ལྡོག་སྟེ་བྱེན་

དུ་འགྲོ་ལམ། རྒྱན་སྒྲོགས་སུ་བྱུང་དུ་འགྲོ་ན་ཐང་ཀླུ་པ་པོ་ལ་དུ་འགྲོ་བ་མ་  
གཏོགས་ཏེ། རྒྱང་གསལ་བྱེད་དུ་ཉེས་བྱས་དང་གཅིག་འདས་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
བརྒྱད་པ་རྟན་ལ་འདུག་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གང་བྱུང་མེད་  
འཁྲིག་པ་བརྟན་ལྟས་གྱི་ཡུལ་དང་རྟན་ཅིག་དགོ་སྒྲོང་གཅིག་ལྟ་བུ་མེད་གཅིག་  
དང་སྒྲིམ་པ་སོགས་མེད་པའི་དབེན་པ་རྒྱབ་ས་ལྟ་བོ་གང་བྱུང་ཡོད་པ་ན་རྟན་  
གཅིག་ལ་འདུག་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་འགྲོང་བ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་  
དགོ་སྒྲོང་གང་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྒྲོང་མ་དང་རྟན་ཅིག་གཅིག་ལྟ་བུ་གཅིག་དང་  
དབེན་པ་རྒྱབ་ས་ཡོད་པ་ན་འགྲོང་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །

བརྒྱུ་པ་སྒྲོར་དུ་བརྒྱག་པ་ནི། ཡང་དུག་སྒྲེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གང་གེས་བཞིན་  
དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་སོས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱིས་དགོ་སྒྲོང་མ་སྒྲོར་དུ་བརྒྱག་  
པའི་ཟས་བཟང་བཅའ་ཟན་སྒྲུབ་ཀྱིས་དུ་བོག་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་  
དོ། །བརྒྱུ་ཚན་བཞི་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་མཚན་  
ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲོམ་ལ། ཡང་ཡང་ཟ་བ་དང་ནི་འདུག་གནས་  
གཅིག་ཏུ་ཟ་བ་དང་། ལྟེ་ལྟར་བཟེད་དོ་གསུམ་ལས་ལྟག་པར་ལེན་པ་དང་  
བཅའ་བ་རྟན་གཅིག་པ་དང་། སྒྲངས་བ་སྒྲོབས་པ་དང་འདུས་ནས་ཟ་བ་  
དང་། དུས་མིན་ཟ་བ་དང་། གསོག་འདྲིག་ཟ་བ་དང་། འུ་ནས་མིད་པ་བྱིན་  
ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་བ་དང་། བསོད་པ་ཉིད་སྒྲོང་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་བརྒྱ་  
ལས། དང་པོ་ཡང་ཡང་ཟ་བ་ནི། ཡང་དུག་སྒྲེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གང་བཟང་

བ་ལྷ་པོ་ཡང་ཡང་ཟ་ན་གནང་བའི་དུས་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་  
 གནང་བའི་དུས་ནི་འདྲི་ཡིན་ཏེ། ཟས་གཅིག་གིས་འཆོ་བར་མི་རྒྱས་པའི་ན་  
 བ་དུས་སོ། །མཆོད་རྟེན་ནམ་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོད་དུ་ལས་བྱེད་པའི་དུས་སོ། །  
 དཔག་ཆོད་བྱེད་དུ་བྱིན་པའི་ལམ་དུས་སོ། །དགེ་སྤྱོད་གིས་གོས་སྒྱུན་པའི་ཆོ་  
 དུས་ཏེ་བསྐབ་པའི་གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་གནང་བའི་དུས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འདུག་  
 གནས་གཅིག་དུ་ཟ་བ་ནི། རྒྱལ་སྤེལ་ལུ་དགེ་སྤྱོད་གིས་བྱི་རོལ་པའི་འདུག་  
 གནས་གཅིག་དུ་ཞག་ལོན་པའི་དགེ་སྤྱོད་མིན་པས་བསོད་སྟོམས་གཅིག་བཟུང་  
 བར་བྱེད། །དེ་ལས་ལྷག་པར་ཟ་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ལྷུང་བཟེད་དོ་  
 གསུམ་ལས་ལྷག་པར་ལོན་པ་ནི། རྒྱལ་སྤེལ་ལུ་དགེ་སྤྱོད་རབ་དུ་མང་པོ་  
 དག་ཁྱིམ་བདག་གི་ཁྱིམ་རྒྱུ་དོད་པ་ལས་གལ་ཏེ་དགེ་སྤྱོད་དེ་དག་ལ་  
 བམ་ཟེ་དང་ཁྱིམ་བདག་དཀོན་མཆོག་ལ་དྲད་པ་ཅན་དག་གིས་བྱེད་དང་ཁྱུང་  
 བ་དག་དུས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་སྟོབས་པར་གྱུར་ལ། འདྲོད་ཅིང་དོན་དུ་གཉེར་  
 ན་དགེ་སྤྱོད་དེ་དག་གིས་ལྷུང་བཟེད་གང་བ་གཉིས་སམ་གསུམ་གྲང་བར་  
 བྱེད། །དེ་ལས་ལྷག་པར་ལོན་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ལྷུང་བཟེད་གང་བ་གཉིས་  
 སམ་གསུམ་གྲངས་ནས་རང་ཟ་བ་ལས་ལྷག་པ་བྱི་རོལ་གྱུན་དགའ་ར་བར་  
 མོད་ལ་དགེ་སྤྱོད་འཁོད་པ་རྒྱུས་ལའང་བགོ་བཤའ་བྱ། བདག་ཅག་གྱུང་  
 བཟུང་བར་བྱ་སྟེ་སྐབས་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོ་ག་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་སྟན་གཅིག་པ་  
 བེ། ཡང་རྒྱལ་སྤེལ་ལུ་དགེ་སྤྱོད་གང་ཟས་ཟོས་ཟིན་ཅིང་སྤངས་པ་ལས་

ལྷག་པོར་མ་བྱས་པར་བཅའ་བཤམ་བཟའ་བ་འཆའ་འམ་ཟ་ན་ལྷུང་བྱེད་རྒྱུ། །  
 ལྷ་བ་སྦང་བ་བསྟབ་བ་ནི། ཡང་དགེ་སློང་ཤོན་ཞུགས་ལྷ་བྱ་གང་ཤེས་བཞིན་  
 ཏུ་དགེ་སློང་ཟས་ཟོས་ཟིན་ཅིང་སྦངས་པ་ལ། གྲུག་ཀའི་སྐབས་ཚོལ་ཞིང་  
 ཅིན་སྐད་དགེ་སློང་འདི་ལ་ལྷུང་བའི་ཉེས་པ་འབྱུང་བར་བྱའོ་སྐྱམ་པ་དེ་ཉིད་  
 རྒྱེན་ཏུ་བྱས་ནས། ཚེ་དང་ལྷན་པ་བཅའ་བ་འདི་འཆོ་ཞིག་བཟའ་བ་འདི་  
 ཟོ་ཞིག་ཅིས་ལྷག་པོར་མ་བྱས་པའི་བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་དུས་ཀྱིས་ཡང་  
 ཡང་སྟོབ་ན་ལྷུང་བྱེད་རྒྱུ། །དུག་པ་འདུས་ཤིང་ཟ་བ་ནི། ཡང་ལྷས་བྱིན་ལྷ་  
 སུའི་དགེ་སློང་གང་དགེ་འདུན་དང་མི་མཐུན་པར་ལོགས་སུ་འདུས་ཤིང་བཟའ་  
 ན་གནང་བའི་དུས་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་རྒྱུ། །དེ་ལ་དུས་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། །  
 ན་བ་དུས་སོ། །ལས་དུས་སོ། །ལམ་དུས་སོ། །སྤར་ཞུགས་པའི་དུས་དང་།  
 འདུས་པ་ཆེན་པོའི་ཆེ་དུས་དང་། བྱི་རོལ་པའི་དགེ་སློང་གི་གསོ་སྦྱང་གི་ཟས་  
 དུས་ཏེ། གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་གནང་བའི་དུས་ཡིན་ནོ། །བདུན་པ་དུས་མིན་ཟ་  
 བ་ནི། ཡང་བཅུ་བདུན་ཟེ་ལྷ་སུའི་དགེ་སློང་གང་སྐྱ་རེངས་ནས་བྱེད་མ་ཡོལ་  
 བར་དུས་ཡིན་ལ། བྱེད་ཡོལ་ནས་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་བར་དུས་མ་ཡིན་པར་  
 བཅའ་བ་ལྷ་འམ། བཟའ་བ་ལྷ་འཆའ་འམ་ཟ་ན་ལྷུང་བྱེད་རྒྱུ། །བརྒྱད་པ་  
 གསོག་འཛིག་ཟ་བ་ནི། ཡང་ནག་པོ་ལྷ་སུའི་དགེ་སློང་གང་བཅའ་བ་ལྷ་དང་།  
 བཟའ་བ་ལྷ་སྤོ་བྱིན་ལེན་བྱས་པ་བྱི་དྲེའི་བར་དུ་འཛིག་པ་དང་། བྱི་དྲོ་བྱིན་  
 ལེན་བྱས་པ་ཐུན་ཚོད་ཡོལ་གྱི་བར་དུ་གསོག་འཛིག་བྱས་པ་འཆའ་འམ་ཟ་ན་

ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགུ་བ་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་བ་ནི། ཡང་དྲུག་སྡེ་ལྷ་བྱང་གེ་  
 སློང་གང་ཡང་རུང་བས་སྒྲེས་པ་བྱང་མེད་མ་ནིང་གསུམ་གྱིས་མ་བྱིན་པར་ཁ་  
 རྒྱས་མིད་པའི་ཟས་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་པར་ཟ་ན་ཆུ་དང་སོ་གིང་མ་གཏོགས་  
 ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་བྱིན་ལེན་ནི་ལྷ་སྡེ། ལུས་གྱིས་ལུས་ལ་བྱིན་པ་དང་།  
 ལུས་གྱིས་ལུས་དང་འབྲེལ་བ་ལ་བྱིན་པ་དང་། ལུས་དང་འབྲེལ་བས་ལུས་  
 དང་འབྲེལ་བ་ལ་བྱིན་པ་དང་། ལུས་དང་འབྲེལ་བས་ལུས་སུ་བྱིན་པ་དང་།  
 དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྡེང་དུ་བཞག་པའོ། །བརྩ་བ་བསོད་པ་སློང་བ་ནི། བཙུ་  
 ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སློང་རྣམས་ཀྱི་ཟས་བསོད་པ་གང་དག་  
 གསུང་པ་འདི་ལྷ་སྡེ། འོ་མ་དང་། ཞོ་དང་། མར་དང་། ཉུ་ཤ་དང་། ཤ་དང་། ཤ་  
 སྒྲུང་དག་སྡེ་དྲུག་སྡེ་ལྷ་བྱང་གེ་སློང་མིན་པར་བདག་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་འོ་མ་ཆོགས་  
 ཟས་བསོད་པ་དེ་ལྷ་སྡེ་དག་ཁྱིམ་བདག་གཞན་གྱི་ཁྱིམ་དག་རྣམས་བསྐྱངས་  
 ཏེ་འཆའ་འམ་ཟ་ན་མིད་པའི་ཆེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བརྩ་ཆོན་ལྷ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 སྒྲུང་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་  
 པ་ནི། སྒྲུང་ལ། སྒྲུང་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཆུར་སྒྱུད་པ་དང་། ཉལ་པོ་བྱེད་  
 པར་གཤོམ་པའི་སར་འདུག་པ་དང་། དེར་འབྱེད་པ་དང་། གཅེར་སྒྲུལ་ལ་  
 ཟས་བྱིན་པ་དང་། དམག་ལ་ལྷ་བ་དང་ནི། དམག་སར་ཞག་གཉིས་ལས་  
 ལྷག་པར་མ་གནང་བར་གནས་པ་དང་། གཡུལ་བཤུམས་པ་དཔྱུག་ཏུ་འགྲོ་  
 པ་དང་། དག་སློང་བརྟེན་པ་དང་། བརྟེན་པར་གཟས་པ་དང་། གནས་ངན་

ལེན་བཅབ་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་བརྩུ་ལས། དང་པོ་སློག་ཆགས་དང་བཅས་  
 པའི་རྩུ་ལ་སློང་བ་ནི། ཡང་འདུན་པ་ལྟ་བུའི་དགོ་སློང་གང་སློག་ཆགས་དང་  
 བཅས་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་ཐ་མལ་གྱི་མིག་ལ་སྤྲང་བ་རྩུ་ཆགས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་  
 སློག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་རྩུ་ལ་འཕྱང་བཟུ་སློག་སྤོང་སྤོང་སློང་རྩུ་སློག་ཆགས་  
 ཤི་པའི་ཆེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ཉལ་པོ་བྱེད་པར་གསོམ་པའི་སར་འདུག་པ་  
 བློ་ལྟ་བུའི་དགོ་སློང་གང་ཉལ་པོ་བྱེད་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་ཉལ་པོ་  
 བྱེད་པར་གསོམ་སྤོང་པའི་ཁྱིམ་བདག་གི་ཁྱིམ་དུ་ཁྱིས་གནོན་བྱས་ཏེ་རྩུ་ལ་འདུག་  
 རྩུ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་དེར་འགྲང་བ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སློང་  
 གང་དུ་ཤེས་བཞིན་དུ་ཉལ་པོ་བྱེད་པར་གསོམ་པའི་ཁྱིམ་དུ་དཔེན་པ་སྤྱུབ་སྤོང་  
 པར་འདོམས་གང་ཚུན་ཆད་ལ་འགྲང་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོར་རྩུ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །  
 བཞི་པ་གཅེར་བུ་མོ་ལ་ཟས་སྤྱིན་པ་ནི། ཡང་ཀུན་དགའ་པོ་ལྟ་བུའི་དགོ་སློང་གང་  
 གཅེར་བུ་པ་འཕྲམ་གཅེར་བུ་མ་དང་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་བའོ། །ཀུན་ཏུ་རྒྱ་མོ་ལ་རང་གི་  
 ལྷག་ནས་བཅའ་བ་ལྷའོ། །བཟའ་བ་ལྷ་གང་རུང་ཕྱིན་རྩུ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ཉེ་དུ་  
 དང་། རབ་བྱུང་ལ་ལྟོས་པ་དང་། བ་བ་དང་། སྤེལ་ལྟ་དང་བལ་པའི་དོན་མི་མ་  
 གཏོགས་སོ། །ལྷ་པ་དམག་ལ་ལྟ་བུ་ནི། ཡང་དུག་སྤེལ་བུའི་དགོ་སློང་གང་དཔུང་  
 གང་རུང་གིས་དམག་ཆས་པ་ལ་ལྟ་དམོ་ལྟར་འགྲོ་རྩུ་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་པའི་  
 ཆེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །རྒྱལ་པོས་བཀུག་པ་སློག་སྤོང་མ་གཏོགས་སོ། །དུག་པ་དམག་  
 བང་དུ་གནས་པ་ནི། ཡང་དུག་སྤེལ་བུའི་དགོ་སློང་གང་དམག་དཔུང་ཆོགས་བཞི་

པ་གཡུལ་དུ་ཆས་པ་ལ། རྒྱལ་པོས་བཀུག་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ལྟ་བུར་  
 འགྲོ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་ཞིག་ལྟར་ན་དགེ་སློང་དེས་དམག་དེའི་ནང་དུ་ཞག་གཉིས་  
 ཚུན་ཆད་གནས་པར་བྱའོ། དེ་ལས་ལྟ་བུར་པར་གནས་ན་གསུམ་པའི་སྐྱེ་རེངས་  
 ཤར་ཆེ་ལྟར་བྱེད་དོ། རྒྱལ་པོས་བཀུག་པ་མིན་ན་ཞག་གཅིག་ལ་ཡང་ལྟར་  
 བར་འཇུག་རོ། །བདུན་པ་དབང་གི་ཡན་ལག་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་ནི། ཡང་དུག་  
 རྩེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་རྒྱལ་པོས་བཀུག་པ་སོགས་ཀྱིས་ཞག་གཉིས་དམག་  
 དེའི་ནང་ན་གནས་པའི་ཆེན་ཡང་གཤམ་ཏེ་གཡུལ་བཤམས་པ་དགྲུག་དུ་འགྲོ་འམ་  
 ལྷུ་མཆོག་ལྷ་སྒྲིབ། མེད་གི་སྤྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མཆོག་གཤམ། སྤང་ཆེན་ཏྲ་  
 ཤིང་ཏྲ་དབང་བུ་ཆུང་གི་མཆོག་གཤམ། འབྲུ་ཡི་ཁ་ལྟ་བུ་དང་། ཤིང་ཏྲའི་དབྱིབས།  
 ལྷ་གཤམ་གྱི་རྣམ་པ། མཁའ་ལྗིང་གི་འདབ་མ་ལྟ་བུའི་གཡུལ་བཤམས་པའི་  
 དམག་ལ་ལྟ་བུ་ལ་ཉམས་སུ་སྤྱང་བར་བྱེད་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །བརྒྱད་པ་བདེག་པ་ནི།  
 ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་ཁྱོས་འབྲུག་ས་རམས་པར་གྱུར་ཏེ་ཡིད་  
 མ་རངས་ནས་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སློང་ལ་བདེག་པར་བྱེད་ན་བདེག་གངས་  
 ཀྱི་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་བདེག་པར་གཞས་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་  
 དགེ་སློང་གང་ཁྱོས་འབྲུག་ས་རམས་པར་གྱུར་ཏེ་ཡིད་མ་རངས་ནས་དགེ་སློང་  
 ལ་བདེག་པར་གཞས་ན་ཐ་ན་ཐལ་མོས་ཀྱང་རུང་སྟེ་བདེག་སྤྱད་རེ་རེ་ལ་ལྟར་  
 བྱེད་དེ་སྟེད་དོ། །བཅུ་པ་གནས་ངན་ལེན་འཆབ་པ་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་ལྟ་  
 བུའི་དགེ་སློང་གང་དགེ་སློང་གཞན་གྱིས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་ལྟར་བ་གཤམ་བཞིན་

དུ་དགེ་སྤྲོད་གཞན་དག་གི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་ལྷུང་བ་བཅུ་བ་ན་དགེ་འདུན་  
བདེ་བར་མི་འགྱུར་བའི་དབང་ཉིད་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཅུ་ཚན་  
དུག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་གྲིས་མདོར་བསྟན། རོ་སའི་མཚན་ཉིད་རྒྱས་པར་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་ལ། བདེ་བ་ཟན་གཅོད་པ་དྲང་། མེ་ལ་ཤེག་  
པ་དྲང་། འདུན་པ་ཕྱིར་བསྐྱར་བ་དྲང་། བསྐྱེད་པར་མ་རྩོགས་པ་དང་ལྟན་  
ཅིག་ཉལ་བ་དང་། ཚེས་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་མི་གཏོར་བ་དྲང་། རྒྱ་བའི་ཡང་རྩེས་  
སུ་ཕྱོགས་པ་དང་། དགེ་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་སྤྱད་པ་དང་། ཁ་དོག་བསྐྱར་བ་མིན་  
པའི་གོས་ཁྱོན་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཤེག་པ་དང་། ཚ་བའི་དུས་ཀྱི་བྱས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལ་བཅུ་ལས། དང་པོ་ཟན་གཅོད་པ་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་ལྟ་བུའི་  
དགེ་སྤྲོད་གང་དགེ་སྤྲོད་གཞན་ལ་གྲུག་ཀྱང་ཆོལ་ཞིང་ཅི་ནས་ཀྱང་དགེ་སྤྲོད་  
འདི་ལ་ཚེས་ལྟར་གྲུག་ཀྱང་བཅུ་ལ་བར་འགྱུར་རོ་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ཕྱིན་དུ་བྱས་  
ཏེ་ནད་པའི་གཉེན་པོའི་ཕྱིར་མིན་པར་ཆེད་དུ་བསམས་ནས་ཚེས་འདི་པའི་དགེ་  
སྤྲོད་དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅིས་ཆོད་དང་ལྟན་པ་ཚུར་གོག་བམ་ཟེད་ཕྱིན་བདག་དག་  
གི་ཕྱིན་དུ་འདོད་དང་དེར་བྱིད་ལ་བཅུ་ལ་བ་ལྟ་དང་། བཟའ་བ་ལྟ་བུ་སོད་  
པ་ཅི་ཙམ་འདོད་པ་ཕྱིན་དུ་གཞུགས་གོ་ཞེས་རྒྱས་ཏེ་ཆོག་གིས་ཟུར་བཅད་ནས་  
དེས་དེ་ལ་ཕྱིན་དུ་མ་བཅུག་པར་དེའི་འོག་དུ་འདི་སྐད་ཅིས་ཆོད་དང་ལྟན་པ་  
ཁོ་བོ་བྱིད་དང་ལྟན་ཅིག་སྤྱོད་པའོ། །འདུག་པ་བདེ་བ་མ་ཡིན་གྱི་འདི་ལྟར་  
ཁོ་བོ་གཅིག་ལྟ་ཁོ་ན་སྤྲུམ་འདུག་ན་བདེ་ཡིས་བྱིད་ཉིད་སོད་ཞིག་ཅིས་ཟེར་



ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་མེ་ལ་རེག་པ་ནི། ཡང་དྲག་ཐེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་  
གང་མིན་པར་བདག་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་དུས་ཕྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབ་པར་མེ་ལ་རང་  
གིས་རེག་གམ་གཞན་རེག་ཏུ་འདུག་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་འདུན་པ་ཕྱིར་  
བརྒྱབ་པ་ནི། ཡང་དགའ་བོ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒྲོང་གང་ཉན་ཐོས་གྱི་དགོ་འདུན་  
གྱི་བྱ་བ་ཆོས་དང་ལྷན་པ་ལ་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྒྲོང་ལ་འདུན་པ་ལུལ་བ་སྟེ་  
ཕྱིན་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་ཁྱོས་འབྲུག་ས་རྣམས་པར་གྱུར་ཏེ་ཡིད་མ་རངས་ནས་  
སྐར་འདུན་པ་ལུལ་བ་སྒྲོང་པའི་ཆོས་སྤྱི་བྱེད་ཅིང་འདི་སྐད་ཅིས་དགོ་སྒྲོང་འདུན་  
པ་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅིག་ཁྱོད་ལ་འདུན་པ་མི་སྤྱིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
བཞི་པ་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཉལ་བ་ནི། ཡང་དགོ་སྒྲོང་  
ཉིད་དགའ་བོ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བར་གང་ཟག་བསྟེན་པར་མ་རྫོགས་པ་ཁྱིམ་  
པ་དང་། དགོ་ཚུལ་མ་མ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་རྒྱབ་གཉིས་ལས་ལྷག་པར་  
གནས་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་གཡོགས་ཤིང་ཐམས་ཅད་བསྐྱོར་བ། ཐམས་ཅད་  
གཡོགས་ཤིང་པལ་ཆེར་བསྐྱོར་བ། པལ་ཆེར་གཡོགས་ཤིང་པལ་ཆེར་བསྐྱོར་  
བ། པལ་ཆེར་གཡོགས་ཤིང་ཐམས་ཅད་བསྐྱོར་བ་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་  
ཏུ་ཉལ་ན་གསུམ་པའི་སྐུ་རེངས་ཤར་ཆེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །ལྷ་པ་ལྷ་པ་མི་གཏོང་  
བ་ནི། ཡང་འཆི་ལྷས་སམ་དགོ་སྒྲོང་གང་ཡང་རུང་བས་ཆོག་འདི་སྐད་ཅིས་  
འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདུས་གྱིས་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་བར་  
དུ་གཅོད་པའི་ཆོས་སྤྱི་གསུངས་པ་པམ་པ་སོགས་ལྟར་བ་སྟེ་ལྟོད་པ་ཞི་པའི་

ཆོས་བདུན་སོགས་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྟན་པ་སྟེ་སྟེ་ཀྱང་མཐོ་རིས་  
 དང་བྱང་ཆུབ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 གྱིས་ཆོས་བསྟན་པའི་དགོངས་པ་བདག་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར་ན་འཆི་ལྷས་  
 ལྟ་བུའི་དགེ་སྟོང་དེ་ལ་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྟོང་རྣམས་གྱིས་བཞུགས་ཏེ་བསྟོ་  
 བའི་ཆོག་འདི་རྒྱད་ཅེས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁྱོད་འདི་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་  
 བར་དུ་གཅོད་པའི་ཆོས་སྟུགས་སུ་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྟན་ཀྱང་  
 བར་དུ་གཅོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་བསྟན་  
 པ་བདག་གི་ཤེས་སོ་ཞེས་དེ་རྒྱད་མ་ཟེར་ཅིག་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྐྱུར་པ་  
 མ་འདེབས་ཤིག་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྐྱུར་པས་ལེགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་དེ་རྒྱད་མི་བདེན་པ་མི་གསུང་རོ། །ཆོ་དང་ལྷན་པ་  
 བར་དུ་གཅོད་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་བར་དུ་གཅོད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་གྱིས་རྣམ་གཞན་དུ་མར་གསུངས་ཏེ་དེ་དག་བསྟན་ན་བར་དུ་གཅོད་  
 པར་འགྱུར་གྱིས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁྱོད་ཤིག་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་འདི་  
 ལྟ་བུ་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་ཆོག་འདམ་པོས་བསྟོ་བར་བྱའོ། །འཆི་ལྷས་ལྟ་བུའི་  
 དགེ་སྟོང་དེ་ལ་དགེ་སྟོང་རྣམས་གྱིས་དེ་རྒྱད་བཞུགས་ཏེ་བསྟོ་བ་ན་གལ་ཏེ་  
 ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་གཞི་  
 དེ་གཏོང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གསོལ་བཞིའི་ལས་གྱིས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་  
 དུ་ཡང་དག་པར་བསྟོ་བར་བྱ། ཡང་དག་པར་བསྟན་པར་བྱའོ། །ལན་གཉིས་

ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྒྲོ། ཡང་དག་པར་བསྒྲན་པ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་  
 ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གཤམ་ཏེ་བཟོད་པ་གསུམ་གྱི་མཐར་མི་གཏོང་ན་ལྟར་བྱེད་  
 ཏོ། །དུག་པ་སྤང་བའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་པ་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྟ་བུ་དག་སྒྲོང་  
 གང་ཤེས་བཞིན་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཆོས་སུ་གསུངས་  
 པ་དེ་དག་བསྟན་གྲུང་བར་དུ་གཅོད་པ་མིན་སོགས་སྟེ་ལྟ་ལྟའི་བཟོད་པ་དེ་སྒྲན་  
 ཟེར་བའི་གང་ཟག་འཆི་ལྟས་ལྟ་བུ་ཆོས་བཞིན་དུ་མ་བྱས་པ་སྟེ་ལྟ་པ་ཅན་གྱི་  
 ལྟ་བའི་ནམ་པ་དེ་མ་སྤངས་པ་དང་གཏམ་འདྲེ་བར་བྱེད་ཅིང་ལུང་དཔོག་པ་  
 དང་། བག་མེབས་པར་དམིགས་གྱི་འདྲི་བ་སྒྲན་བར་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་  
 གནས་པ་གནས་སྟེན་པར་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་ཡོངས་སྟོང་པ་དེའི་ཡོངས་  
 སྟོང་ལ་སྟོང་པར་བྱེད་ཅིང་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་གནས་བཞི་པོ་གང་ཅུང་དུ་ཞག་  
 གཅིག་ཏུ་ཉལ་ན་འདྲ་ནང་པ་དང་ལྟ་བུ་བྲལ་བའི་བྱིར་མ་གཏོགས་ཏེ་མཆན་  
 མའི་མཐར་ལྟར་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་བསྟེན་པ་སྤྱད་པ་ནི། ཆོར་མ་དང་ཆེན་  
 པོ་ལྟ་བུ་དག་ཚུལ་ཞིག་གྲུང་འདྲི་སྒྲན་ཅེས་དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 འདོད་པ་ལྟ་བུ་སྟོང་པ་དག་ནི་ལམ་ལའམ་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་ལ་བར་དུ་གཅོད་  
 པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྟན་གྲུང་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་  
 ལ་བར་དུ་གཅོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་བསྟན་  
 པ་བདག་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར། ཆོར་མ་དང་ཆེན་པོ་ལྟ་བུའི་དག་ཚུལ་དེ་  
 ལ་ཆོས་འདི་པའི་དག་སྟོང་ནམས་ཀྱིས་བཞུགས་ཏེ་བསྟོ་བའི་ཆོག་འདྲི་སྒྲན་

ཅེས་དག་ཚུལ་ཁྱོད་རི་ལྟར་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་འདོད་པ་དག་ནི་བར་དུ་  
གཅོད་པའི་ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་བསྟེན་གྱིང་བར་དུ་གཅོད་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་བདག་གིས་  
ཤེས་སོ་ཞེས་དེ་སྒྲན་མ་ཟེར་ཅིག། བཅོམ་ལྟན་འདས་ལ་སྐྱུར་པ་མ་འདེབས་  
ཤིག། བཅོམ་ལྟན་འདས་ལ་སྐྱུར་པས་ལེགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། བཅོམ་  
ལྟན་འདས་ལ་སྐྱུར་པས་ལེགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། བཅོམ་ལྟན་འདས་ནི་  
མི་འགྱུར་ཞེས་དེ་སྒྲན་མི་གསུང་རོ། ། ཆོ་དང་ལྟན་པ་དག་ཚུལ་འདོད་པ་ལམ་  
ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་རྣམས་ནི་བར་དུ་གཅོད་པ་ཉིད་དེ་ཞེས་བཅོམ་ལྟན་འདས་  
ཀྱིས་རྣམ་གངས་དུ་མར་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་བསྟེན་ན་བར་དུ་གཅོད་པར་  
འགྱུར་གྱིས། དག་ཚུལ་ཁྱོད་རིག་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོངས་  
ཤིག་ཅེས་བསྟོད་པར་བྱའོ། །

དག་ཚུལ་དེ་ལ་དག་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྒྲན་བསྟོད་པ་ན་གལ་ཏེ་གཞི་དེ་གཏོང་  
ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་གཞི་དེ་གཏང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྟོད་པར་བྱ། ཡང་དག་པར་བསྟན་  
པར་བྱའོ། ། ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་ཡང་དག་པར་བསྟོད་ ཡང་དག་  
པར་བསྟན་པ་ན་གཞི་དེ་གཏོང་ན་དེ་ལྟ་ན་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་གཏོང་ན་ཆོར་  
མ་དང་ཆེན་པོ་ལྟ་བུའི་དག་ཚུལ་དེ་ལ་དག་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་དེང་ཕྱིན་ཆད་དག་  
ཚུལ་ཁྱོད་བཅོམ་ལྟན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་

པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་ལ་སྟོན་པའོ་ཞེས་མ་ཟེར་ཅིག། ཆད་ས་པ་མཆུང་ས་  
 པར་སྦྱོར་ལ་མ་ཁས་པ་བྲ་མའི་གནས་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བའི་ཕྱི་བཞིན་ཏུ་  
 ཡང་མ་འགྲོ་ཞིག། དག་སྦྱོར་ནམས་དང་དག་ཚུལ་ལྟར་ཅིག་བྱུང་གཉིས་ཚུན་  
 ཆད་གནས་གཅིག་ཏུ་ཉལ་ཏུ་དབང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དེར་ཕྱིན་ཆད་ཁྱོད་  
 ལ་མེད་དེ། མི་གཉི་ལྷག་ཅན་ཁྱོད་བསྟིལ་གྱིས་གཞན་ཏུ་སོང་ཞིག་ཅིས་བསྟོ་  
 བར་བྱའོ། །ཡང་དག་སྦྱོར་གང་དེ་བསྟིལ་བར་གྲེས་བཞིན་ཏུ་དེ་ལྟར་བསྟིལ་  
 བའི་དག་ཚུལ་ཉི་བར་འཛིག་པ་སྟེ་གནས་སྦྱིན་པར་བྱེད་དམ། ཉི་བར་སྟོན་  
 པ་ལུང་འཕོག་པར་བྱེད་དམ། དེ་དང་ལྟར་ཅིག་གནས་གཅིག་ཏུ་ཉལ་ན་ལྟར་  
 བྱེད་དོ། །བསྐྱེད་པ་ཁམ་བསྐྱེད་པ་ཁྱོན་པ་ནི། རྒྱལ་སྡེ་ལྟ་བུའི་དག་སྦྱོར་གྱིས་  
 བལ་སོགས་གོས་བདུན་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་སར་པ་ཞིག་རྟེན་ན་ཁ་བསྐྱེད་པ་  
 ཡི་ཚོན་གསུམ་པོ་སྟོན་པོ་རམ་ལྟ་བུའམ། དམར་པོ་བཙག་ལྟ་བུའམ། རུར་སྒྲིག་  
 ཤིང་ཤུན་ལྟ་བུ་ལས་གང་ཡང་རུང་བས་ཁ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དག་  
 སྦྱོར་གྱིས་གོས་སར་པ་ཁ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་སྟོན་པོའམ། དམར་པོའམ། རུར་  
 སྒྲིག་ལས་གང་ཡང་རུང་བས་ཁ་བསྐྱེད་པར་ཡོངས་སྦྱོར་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
 དལ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པ་ནི། ཡང་དག་སྦྱོར་རྒྱལ་སྡེ་ལྟ་བུ་གང་ནོར་བུ་ལྟ་  
 ཏིག་སོགས་རིན་པོ་ཆེའམ་གཡུལ་ངོར་སྦྱང་བའི་མཚོན་ནམ། རོལ་མོར་སྦྱང་  
 བའི་ཡོ་བྱང་རིན་པོ་ཆེར་སྦྱོས་པ་རང་གི་ལག་གིས་ལེན་ཏམ་གཞན་ལེན་ཏུ་  
 འདུག་ན་ཀུན་དགའ་ར་བར་གཏོགས་པ་དེའི་ཕྱི་རོལ་ན་འདུག་པའམ་གནས་

ཁད་དུ་གཏོགས་པ་ཀུན་རའི་ནང་ན་འདུག་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་ནི། །  
 དགེ་སློང་གིས་ཀུན་དགའ་ར་བར་གཏོགས་པ་ཕྱི་རོལ་ན་འདུག་པ་ལམ། གནས་  
 ཁད་དུ་གཏོགས་པ་ནང་ན་རིན་པོ་ཆེ་ལམ། རིན་པོ་ཆེར་སློབ་པ་འདུག་པ་  
 ལ་འདྲི་བདག་པོ་སྤྲི་ཡིན་པ་དེ་ལེན་པར་འགྱུར་གང་སྟམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་ཀྱིས་སྒྲུབ་བར་བྱ་སྟེ། བསྐྱབ་གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོག་སྟེ་ཐབས་ཡིན་ནོ། །  
 བརྩལ་བྱས་བྱེད་པ་ནི། ཡད་དུག་སྟེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱིས་སྒྲུབ་པ་བྱེད་བྱེད་ཅིར་བྱས་བྱ་བར་གསུངས་པ་དེ་ལས་འདུམས་པར་ཏེ་  
 རྩེ་བུའི་དུས་བྱེད་ན་དུས་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་ནི། །དེ་ལ་དུས་ནི་  
 འདྲི་ཡིན་ཏེ་སོག་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་ལྟ་མ་བྱེད་དང་གཉིས་པོ་དབྱར་རའི་ཆོས་  
 གཅིག་ནས་འབྲིང་ཉའི་བར་དང་དབྱར་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་དབྱར་འབྲིང་གི་བརྩེ་  
 དུག་ནས་དབྱར་ཐའི་ཉའི་བར་སྒྲུབ་པ་བྱེད་དང་གསུམ་པོ་དེ་དག་ནི་ཆོ་བའི་དུས་  
 སོ། །ལྟ་མ་མེད་ན་པ་དུས་སོ། །ལས་དུས་སོ། །ལམ་དུས་སོ། །ཁྱེད་གིས་ཆོས་  
 གོས་ཀྱི་བྱ་བ་སྒྲུལ་བའི་རྒྱུད་དུས་སོ། །ལུས་ལ་ཆར་ཐིག་གཉིས་ཡན་པོག་པས་  
 ཆར་དུས་སོ། །རྫི་ཆར་དུས་ཏེ་བསྐྱབ་གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་གནང་བའི་དུས་ཡིན་ནོ། །  
 བརྩེ་ཆོན་བདུན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྟམ་ཀྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སའི་མཆོན་ཉིང་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟམ་ལ། དུད་འགྲོ་གསོད་པ་དང་། འགྲོད་པ་བསྐྱེད་  
 པ་དང་། སོར་མོ་གསལ་ཆོལ་དང་། ལྷ་ལ་རྩེ་བ་དང་། ལུང་མེད་དང་ལྷན་  
 ཅིག་ཉལ་བ་དང་། སྤངས་པར་བྱེད་པ་དང་། གོས་དང་ཡོ་བྱད་སྟེད་པ་དང་།

གདེང་མེད་པར་བྱིན་པས་འཛོལ་དང་། གཞི་མེད་པར་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་དང་།  
 སྐྱེས་པ་མེད་པར་བྱུང་མེད་དང་ལྟན་ཅིག་ལམ་དུ་འགྲོ་བའོ། །གཞིས་པ་ལ་  
 བརྩ་ལས། དང་པོ་དུད་འགོ་གསོད་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་  
 གང་སྟོག་གཅོད་པར་བསམས་བཞིན་དུ་དུད་འགོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་གཏོགས་  
 པའི་སྟོག་ཆགས་གསོད་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཞིས་པ་འགྱོད་པ་སྐྱེད་པ་ནི། ཡང་  
 འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་འགྱོད་པ་བསྐྱེད་པར་བསམས་བཞིན་དུ་ཅི་  
 བས་ཀྱང་དགོ་སྤྱོད་འདི་ཐ་ན་ཡུན་ཙམ་ཞིག་ཀྱང་བདེ་བ་ལ་མི་རྟེན་པར་བྱའོ་  
 སྐྱམ་པ་དེ་ཉིད་རྒྱུན་དུ་བྱས་ཏེ། རྒྱུན་གཞན་མེད་པར་ཆོས་འདི་བའི་དགོ་  
 སྤྱོད་ལ་ཁྱོད་བསྐྱེན་རྟོགས་མིན་ནོ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འགྱོད་པ་སྐྱེད་ན་འགྱོད་  
 པ་མ་སྐྱེས་ཀྱང་དོན་གོ་ཆེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ཞག་ཆེ་ལ་བྱེད་པ་ནི། ཡང་  
 བརྩ་བདུན་སྟེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་དགོ་སྤྱོད་ལ་སོར་མོ་དང་ཁུ་ཚུར་སོགས་  
 ཀྱིས་མཆན་ཁུར་སོགས་སུ་གྲག་ཆེ་ལ་བྱེད་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་ཆུ་ལ་ཕྱེ་  
 བ་ནི། མིམ་པར་འདོད་པ་དང་རྒྱལ་སྤོབ་པ་ལ་ལྷུང་བ་མེད་ཀྱང་བརྩ་བདུན་  
 སྟེ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གིས་ཆུ་ལ་ཕྱེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་རྒྱལ་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །ལྔ་  
 པ་བྱུང་མེད་དང་ལྟན་ཅིག་ཉལ་བ་ནི། ཡང་མ་འགགས་པ་ལྟ་བུ་ཆོས་འདི་བའི་  
 དགོ་སྤྱོད་གང་བྱུང་མེད་འཕྲིག་པ་བསྐྱེན་ལུས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ལྟན་ཅིག་བཞི་པོ་  
 གང་རུང་གི་གནས་སུ་སྤོས་ཐབས་སྟེ་ཉལ་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དུག་པ་སྤངས་པར་  
 བྱེད་པ་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤྱོད་གང་དགོ་སྤྱོད་གཞན་ལ་སྤངས་

པར་རང་གིས་བྱེད་དམ། གཞན་སྤངས་པར་བྱེད་དུ་འཇུག་ན་ཐ་ན་བཞད་  
གང་བྱ་བར་བསམས་ཀྱང་རུང་སྟེ། །པ་རོལ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་མ་གཏོགས་  
ལྟར་བྱེད་དོ། །བདུན་པ་རྩལ་སོགས་སྟེང་བ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུའི་དགོ་  
སྟོང་གང་། ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྟོང་དམ། དགོ་སྟོང་མཉམ་དམ། དགོ་སྟོང་མཉམ་དམ།  
དགོ་ཚུལ་ལམ། དགོ་ཚུལ་མཉམ་ལྟར་བཟེད་དམ། ཆོས་གོས་སམ། ལྟར་  
བཟེད་ཀྱི་སྟོང་དུ་བཅུང་། ཐོར་བུལ་སྟེ། སྒྲ་རགས་སམ། གཞན་ཡང་དགོ་  
སྟོང་གི་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་གང་ཡང་རུང་བ་རང་གིས་སྟེང་དམ། གཞན་སྟེང་  
དུ་འཇུག་ན་ཐ་ན་པར་འདོད་པ་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱན་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །  
བརྒྱད་པ་བྱིན་པས་ཉེ་བར་འཆོ་བ་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་  
ཡང་རུང་བས་དགོ་སྟོང་ལ་གོས་བྱིན་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་པ་རོལ་པོས་བྱིན་པའི་  
གདོང་མེད་པར་སྟོང་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་སྒྱུར་བ་འདེབས་པ་ནི། ཡང་  
མཛའ་བོ་དང་ས་ལས་སྒྲིས་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་གང་ཁོས་གིང་ཞེས་དང་པར་གྱུར་  
ནས་གུད་བུ་ཐོར་ལྟ་བུའི་དགོ་སྟོང་དགུ་པ་སྒྱུར་བའི་གཞི་དེའི་ལྟར་བ་མེད་པ་  
ལ་གཞི་མེད་པར་དགོ་འདུན་ལྟ་བུ་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆོས་  
ཀྱིས་སྒྱུར་བ་འདེབས་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །བཅུ་པ་བུད་མེད་དང་ལྟན་ཅིག་ལམ་  
དུ་འགོ་བའི། ཡང་མཉན་ཡོད་དུ་འགོ་བའི་དགོ་སྟོང་ལྟ་བུ་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་  
སྟོང་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲིས་པ་མེད་པར་བུད་མེད་ལའི་གཞི་བ་བཞེན་ལུས་དང་  
ལྟན་ཅིག་དགོན་པའི་འགོན་ལམ་དུ་འགོ་ན་ཐ་ན་གོང་གི་པར་དུ་ཡང་རུང་



སྡེ་རྒྱུད་གྲགས་གཅིག་ལས་འདས་པ་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །འོན་ཀྱང་འཇིགས་པ་བསྐྱེལ་མར་  
གོ་མཆན། དེས་བསེལ་བྱེད་པ་དང་། ལམ་སྟོན་པ་དང་། མི་རྣམས་པ་འཁྲིད་པ་ནི་མ་  
གཏོགས་སོ། །བཙུམས་བརྒྱུད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྩོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་  
སོའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི་རྩོམ་ལ། རྒྱ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་ལམ་དུ་  
འགོ་བ་དང་། ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དང་། ས་རྒྱོ་བ་དང་།  
མགོན་དུ་གཉིས་པ་ལས་རིང་དུ་འདུག་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་ཉི་བར་འཛིག་པ་  
སྟོར་བ་དང་། འཐབ་པ་ན་ཉན་ལས་ཁྱུར་པ་དང་། མི་སྒྲིབ་པ་འགོ་བ་དང་། མི་  
གྲུས་པ་དང་། ཆད་འཐུང་བ་དང་། དུས་མིན་པར་གྲོང་དུ་འགོ་བའོ། །  
གཉིས་པ་ལ་བཙུལ་ས། དང་པོ་རྒྱུན་མ་དང་ལྷན་ཅིག་ལམ་དུ་འགོ་བ་ནི། ཡང་  
འགོན་ལམ་དུ་འགོ་བའི་དགེ་སྟོང་ལྟ་བུ་ཆོས་འདི་བའི་དགེ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་  
བ་དོན་མཐུན་དུ་ཁྱུར་པའི་རྒྱན་མ་དང་། ཤོ་གམ་དུལ་བའི་ཆོང་བ་དང་ལྷན་  
ཅིག་དགོན་པའི་འགོན་ལམ་དུ་འགོན་ཐུན་གྲོང་བར་དུ་ཡང་རུང་སྡེ་རྒྱུད་གྲགས་  
གཅིག་འདས་པ་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དེས་བསེལ་བྱེད་པ་སོགས་ནི་མ་གཏོགས་  
སོ། །གཉིས་པ་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི། ཡང་  
མེད་གཤམ་གྱི་བྱ་ལྟ་བུ་དགེ་སྟོང་གང་ཡང་རུང་བས་མཁན་པོའི་སྟོན་ས་བསྐྱེད་  
བའི་གང་ཟག་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་དགེ་སྟོང་གི་དངོས་པོར་བསྟེན་པར་རྫོགས་  
པར་བྱེད་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་གང་ཟག་དེ་ཡང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པར་  
མི་འཁྱུར་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་དགེ་སྟོང་དེ་དག་གུང་སྒྲུབ་པར་འཁྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་བསྐྱེད་

གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོ་ག་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ས་ཤོ་བ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་བུའི་  
 དགེ་སློང་གང་རུང་བ་མ་བྱས་པར་རང་གི་ལག་གིས་འཐས་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་གྱི་ས་ཤོ་འམ། གཞན་ལ་སློར་འཇུག་ན་ལག་གི་སྒྲིམ་རྒྱ་སྒྲར་གྱི་སློར་བས་  
 རུང་བར་བྱེད་པ་མེད་ན་ཐུར་མ་སོར་བཞི་ཙམ་འཇུག་པ་མ་གཏོགས་ལྟར་བྱེད་  
 ཏོ། །བཞི་པ་མགོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་ཤིང་དུ་འདུག་པ་ནི། ཡང་དུག་སྡེ་ལྟ་  
 བུའི་དགེ་སློང་གིས་བླ་པ་བཞིར་མགོན་དུ་བོས་པ་བདག་གིར་ཏེ་ལས་བླང་  
 བར་བྱཏོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་བདག་གིར་བྱེད་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགེ་སློང་  
 མོ་སོར་ཏེ་ཐ་དད་དུ་མགོན་དུ་བོས་པ་དང་། རྩ་མ་སོར་ནས་ཡང་དང་ཡང་  
 དུ་མགོན་དུ་བོས་པ་དང་། དུས་གྱིས་ཏེ་ནན་ཏན་དུ་མགོན་དུ་བོས་པ་དང་།  
 དགེ་སློང་རྟག་དུ་སྡེ་རི་སྡིད་འཆོའི་བར་མགོན་དུ་བོས་པ་ནི་མ་གཏོགས་ཏེ་དེ་  
 ལ་དེ་ནི་དུས་ཡིན་ནོ། །ལྷ་པ་བསྐབ་པ་ནི་བར་འཛིག་པ་སློང་བ་ནི། ཡང་དུག་  
 སྡེ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་དགེ་སློང་ན་མས་གྱིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཁྱོད་གྱིས་བསྐབ་  
 པ་འདྲི་ལ་བསྐབ་པར་བྱཏོ་ཞེས་བསྒྲོ་བ་ན་དེ་དག་ལ་འདྲི་སྐད་ཅེས་བདག་  
 དགེ་སློང་མདོ་སྡེ་མཐའ་དག་འཛིན་པ་དང་། འདུལ་པ་མཐའ་དག་འཛིན་  
 པ་དང་། མ་སོ་མཐའ་དག་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་འདྲི་བའི་བར་དུ་སློ་གསུམ་  
 གྱིས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བྱེད་པས་གྱིས་པ་སྡེ་སློང་གསུམ་མི་འཛིན་པས་སློང་ས་པ་  
 སྡེ་སློང་གསུམ་ལ་མི་གསལ་བ་དེ་གསུམ་ལ་མི་མཁས་པ་ཁྱོད་གྱི་ཆོག་གིས་  
 བསྐབ་པ་འདྲི་ལ་མི་སློང་བོ་ཞེས་ཟེར་ན་ལྟར་བྱེད་དོ། །དགེ་སློང་ཀུན་གཤམ་

པར་འདོད་པས་ཀྱང་བསྐྱབ་པ་འདི་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱོ། །དགེ་སྤྱོད་མདོ་  
 རྩེ་འཛིན་པ་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་དང་། མ་མོ་འཛིན་པ་ནམས་ལ་ཡང་  
 སྤྱི་བར་བྱ་སྟེ་བསྐྱབ་གཞི་དེ་ལ་དེ་ནི་ཆོ་ག་ཡིན་ནོ། །དྲག་པ་ཉན་ན་ལས་གྱུར་  
 པ་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་ཆོས་འདི་པའི་དགེ་སྤྱོད་ནམས་  
 ལ་འཐབ་པར་གྱུར། མཚན་འདུ་བར་གྱུར། མི་མཐུན་པར་གྱུར། ཚད་པར་  
 གྱུར་ཅིང་འཁོད་པ་ལས། དགེ་སྤྱོད་འདི་དག་རི་སྒྲིང་ཟེར་བ་དེ་བདག་གིས་  
 མཉན་ཏེ་སྒྲིམ་པ་རང་དེ་དེ་ལྟར་རྩོམ་སྟེ་སྒྲིང་གང་གསུམ་པར་ཐེམ་  
 གཞོན་དུ་བྱེད་སྒྲིམ་པ་དེ་ཉིད་རྒྱུན་དུ་བྱས་ཏེ་ཅད་མི་སྒྲིམ་པར་ཏེ་ཁ་མི་གྲགས་  
 པར་ཉན་ནས་འདུག་ན་ཞི་བར་འདོད་པ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བདུན་  
 པ་མི་སྒྲིམ་པར་འགྲོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་དགེ་སྤྱོད་དགའ་བོ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་  
 རུང་བ་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་རྒྱུ་པ་གཏན་ལ་འབྲེལ་ས་  
 པའི་ལས་གསུམ་པོ་བྱེད་པ་བྱུང་བ་ན་རྒྱ་མཚན་ཅད་། མི་སྒྲིམ་པར་ཉན་ལས་  
 ལངས་ཏེ་ཐོས་པའི་ཉེ་འཁོར་ལས་འདས་པར་འགྲོ་ཞིང་དགེ་སྤྱོད་འདུག་པ་  
 ལ་བདག་འགྲོ་སོགས་མི་སྒྲིམ་ན། ལྷུང་བ་ཟེད་ཆོས་གོས་མེས་འཛིག་པ་སོགས་  
 འགྲོ་དགོས་པ་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱུན་བྱུང་བ་ནི་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །བརྒྱད་  
 པ་མི་གྲགས་པའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་ནག་པ་གྲང་ཆེན་ལྟ་བུའི་དགེ་སྤྱོད་གང་ཡང་  
 རུང་བས། དགེ་འདུན་དང་དགེ་བསྐྱོས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོག་ལ་གྲུས་པར་མི་  
 བྱེད་ན་ལྷུང་བྱེད་དོ། །དགུ་པ་ཚུས་འཁྱུར་འཁྱུང་བའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་ལེགས་

འོང་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་ནས་སོགས་འབྱུང་ཆད་དང་། ཅུ་སྟོང་སོགས་ལས་  
བྱས་པ་བཅོས་པའི་ཆད་། ཟུས་པར་འགྱུར་པར་མཁྱལ་དུ་མིད་དེ་འབྱུང་ན་  
ལྟར་བྱེད་དོ། །བཅུ་པ་དུས་མིན་གོང་དུ་འཇུག་པའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་འཆར་  
ཀ་ལྟ་བུའི་དགེ་སློང་གང་བྱེད་ཡོལ་ནས་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་བར་དུས་མ་ཡིན་  
པར་སྒང་དང་བཞི་མདོ་སོགས་གོང་དུ་འཇུག་ཅིང་དགེ་སློང་འདུག་པ་ལ་མི་  
སྐྱ་ན་ལྟར་བཟེད་མེས་ཆོག་པ་སོགས་དེ་འདྲ་བའི་སྐྱེན་མ་གཏོགས་དེ་ལྟར་བྱེད་  
དོ། །བཅུ་ཆེན་དགུ་པ་ལ་གཉིས་དེ། སྒྲིམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོ་སོའི་མཆོན་  
ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲིམ་ལ། ཟས་བཅས་ཁྱིམ་དུ་རྒྱ་  
བ་དང་། རྒྱ་རེངས་མ་ཤར་བར་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་འགོ་བ་དང་། དག་གཏོད་  
ཤེས་ཞེས་བསྐྱབ་པ་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་དང་། ཁྲ་བ་རྩ་འཆོས་པ་དང་ནི། ཁྱི་  
རྒྱུ་འཆོས་པ་དང་། ཤིང་བལ་བདལ་བ་དང་། གདིང་པ་དང་། གཡུན་པ་  
དགའ་བ་དང་། དབྱར་གོས་རས་ཆེན་དང་། བདེ་གཤེགས་ཆོས་གོས་ཀྱི་  
ཆད་ལས་ཁྱུར་པའི་ལྟར་བྱེད་ནམས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཅུ་ལས། དང་པོ་ཁྱིམ་དུ་རྒྱ་བའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་ཉེར་དགའ་  
ལྟ་བུ་དགེ་སློང་གང་ཟས་དང་བཅས་པའི་སྟེ་ཟས་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་ཁྱིམ་དུ་བསོད་  
སྒྲིམས་ཀྱི་སྒྲིང་མགོན་དུ་བོས་ནས་སྐྱ་དྲོ་ཁྱིམ་གཉིས་ལས་ལྷག་པ་དང་། ཁྱི་  
དྲོ་ཁྱིམ་གསུམ་མམ་བཞི་དགུ་དུ་རྒྱ་ཁྱིམ་པ་འདུག་པ་ལ་བདག་མ་སྒྲེབ་  
ན་ཟས་དུས་སྐྱ་བྲིམ་ཞེས་མི་བསྐྱོན་ཆོས་གོས་མེས་འདིག་པ་སོགས་དེ་འདྲ་

བའི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ཏེ་ལྷུང་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་རྒྱལ་བའི་ཐོ་བྱང་དུ་རུབ་  
 མོ་འགོ་བའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་དགེ་སློང་གང་ནམ་ཡང་ས་  
 བར་ཏེ་སྒྱུ་མེད་ས་གསུམ་ལས་ཐ་མ་མ་ཤར་བར་ཞོར་བུ་སོགས་རིན་པོ་ཆེ་དག་  
 ག་མ། མཆོན་སོགས་རིན་པོ་ཆེར་སློབ་པ་དག་མ་བསྐྱུས་པར་རྒྱལ་བོ་རྒྱལ་  
 རིགས་སྒྱུ་པོ་ནས་དབང་བསྐྱར་བའི་སྒྲོ་གཏན་ནམ་སྒྲོ་གཏན་གྱི་ཏེ་འཁོར་ལས་  
 འདས་པར་འགོ་ན་རྒྱལ་བོས་བཀྲུག་པ་དང་གདུལ་བྱ་འདུལ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་འདྲ་བའི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་ཏེ་རི་སྒྲིབ་ཕྱིན་པ་དེ་སྒྲིབ་ཀྱི་ལྷུང་བྱེད་དོ། །  
 གསུམ་པ་བསྐྱབས་གཞི་བྱང་དུ་གསོད་བའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་དུག་སྒྲིབ་  
 བུ་དགེ་སློང་གང་སྒྲུབ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་པམ་པ་ནས་ཞི་  
 བྱེད་པར་བདུན་པོ་གདོན་པ་འདོན་བའི་ཆོ་ན་འདི་སྒྲུབ་ཅིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་  
 དག་འདི་ལྷུང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུང་བའི་ཆོས་འདི་ཡང་མདོ་ཡི་ནང་  
 དུ་གཏོགས། མདོ་ཡི་ནང་དུ་འདུས་པར་བདག་གིས་དྲ་གདོད་ཤིས་སོ་ཞེས་  
 ཟེར་ན། དེ་ལ་གལ་ཏེ་དགེ་སློང་འཁོད་པ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོ་དང་ལྷན་པ་  
 འདི་སྒྲོན་གསོ་སྒྲུབ་གི་ལས་ལ་ལན་གཉིས་སམ་གསུམ་གྱི་ཆོ་གལ་ན་འདུག་  
 པར་ཤིས་ཤིང་དེ་ལས་ལན་མང་དུ་འདུག་པ་ཤིས་ན་ལྷ་ཅི་སྒྲོས་ན་ཆོ་དང་ལྷན་  
 པ་དེ་མི་ཤིས་པས་ལྷུང་བ་ལས་མི་འགྲོ་བས་དེ་ལྷུང་བ་གང་མཐོས་པས་བྱུང་  
 བ་དེ་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱིར་བཅོས་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་གདོན་པ་གདོན་  
 བའི་ཆོ་སྒྲིབ་ལམ་ཀྱིས་གུས་པར་བྱས་ཏེ་ཆོས་ཉན་པར་མི་བྱེད། དང་པས་

སྒྲ་མར་བྱས་ཏེ་མི་བྱེད། སེམས་མ་གྲུས་པས་རྩ་གིང་ལྟར་བྱས་ཏེ་མི་བྱེད།  
 ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་མི་བྱེད། ཕྱི་རོལ་དུ་གཡེང་བས། སེམས་ཅུ་གཅིག་ཏུ་མི་བྱེད།  
 རྩ་བ་མི་གཏོང་བས། རྩ་སྒྲག་ཏེ་མི་བྱེད། ལུས་པས། སེམས་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་པས་མ་ཏེ་ཆོས་ཉམ་པར་མི་བྱེད་པས་ཆོ་དང་ལྡན་པ་ཁྱོད་གྱི་མ་རྟོག་དེ་  
 རྟོག་པ་མ་ཡིན་ཞིང་ཉམ་པ་རྟོག་དེ་ལགས་ལ་རྟོག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འགྱུར་  
 པར་བྱའོ། ཆོ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་འགྱུར་པར་བྱ་བ་ནི་འདྲི་ཡིན་ཏེ། གཏོང་  
 ཤེས་ཀྱི་ལྟར་བྱེད་དེ་ཉིད་དོ། །བཞི་པ་ཁབ་རལ་འཆོས་པའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་  
 ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྒོར་གང་པ་སོའོ། རུས་པ་འོ། རྩ་ཡི་ཁབ་རལ་སྒྲ་  
 གུ་ཅན་ནམ་འཆར་བ་ལྟ་བུ་རང་གིས་བྱེད་དམ། གཞན་བྱེད་དུ་འཇུག་ན་དངོས་  
 པོ་དེ་བཅས་ནས་བཤགས་དགོས་པ་དེ་ཡང་ལྟར་བྱེད་དོ། །ལྷ་པ་ཁྱིཾ་འཆོས་  
 པའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྒོར་གིས་བདེ་བར་གསལ་  
 པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་གྱི་ཞིའོ། ཞིའུ་རང་གིས་སམ་གཞན་ལ་བྱེད་  
 དུ་འཇུག་ན་རྩ་བ་འམ་རྟིང་པ་བྱ་གར་གཞུག་པ་མ་གཏོགས་པར་དེ་མན་ཆད་  
 བ་བདེ་བར་གསལ་པའི་སྤར་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོད་དེ་ཆོད་དང་ལྡན་པའི་སྤྱ་གང་  
 དུ་བྱེད་དུ་གཞུག་པར་བྱའོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་བྱེད་དུ་འཇུག་ན་ཆོད་ལྷག་  
 དེ་བཅས་ནས་བཤགས་དགོས་པའི་ལྟར་བྱེད་དོ། །དུག་པ་གིང་བལ་བདལ་  
 པའི་ལྟར་བྱེད་ནི། ཡང་དུག་སྒྲེ་ལྟ་བུ་དགོ་སྒོར་གང་དགོ་འདུན་གྱི་ཞིའོ།  
 ཞིའུ་ལ་གིང་བལ་ལྷ་གང་ཡང་རུང་བ་རང་གིས་བདལ་ལམ་གཞན་ལ་བདལ་

ཏུ་འཇུག་ན་དངོས་པོ་དེ་བསྐྱུས་ནས་བཤགས་དགོས་པའི་ལྷུང་བྱེད་རྟོ། །བདུན་  
 པ་གཤིང་པ་ལས་ཁྱུར་པའི་ལྷུང་བྱེད་ནི། ཡང་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤྲོད་གིས་སྟེང་  
 རིམ་ཏུ་འདིང་པའི་གཤིང་པ་རང་ངམ་གཞན་ལ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་ན་ཆོད་གང་  
 ཡིན་པ་བཞིན་ཏུ་བྱེད་ཏུ་ཚུགས་ཅིག། བསྐྱུས་བཞི་དེ་ལྟ་གཤིང་པའི་ཆོད་ནི་འདི་  
 ཡིན་ཏེ། སྟེན་ཏུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོའི་མཐོ་དོ་སྟེ་ཆོད་དང་ལྷན་  
 པའི་ཁྱུ་གསུམ་དང་ཞིང་ཏུ་མཐོ་བྱེད་དང་དོ་སྟེ་ཁྱུ་དོ་དང་སོར་མོ་དུག་གོ། མི་  
 ཆོག་ན་སྟེན་ཏུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོ་གང་སྟེ་ཆོད་དང་ལྷན་པའི་ཁྱུ་བྱེད་  
 དང་དོ་དག་གིས་སྟེང་ས་ཤིག་དེ་ལས་ལྷག་པར་བྱེད་ཏུ་འཇུག་ན་ལྷག་ཆ་བཅད་  
 ནས་བཤགས་དགོས་པའི་ལྷུང་བྱེད་རྟོ། །བརྒྱད་པ་གཡན་དག་པ་ལས་ཁྱུར་  
 པ་ནི། ཡང་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤྲོད་གིས་གཡན་པའི་ནད་གསོ་ཞིང་དག་པ་  
 བར་བྱེད་པའི་གོས་རང་ངམ་གཞན་ལ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་ན་གཡན་དག་པ་གྱི་ཆོད་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱེད་ཏུ་ཚུགས་ཅིག། དེ་ལྟ་གཡན་པ་དག་པ་པའི་ཆོད་  
 འདི་ཡིན་ཏེ། སྟེན་ཏུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མཐོའི་མཐོ་བཞི་སྟེ་ཆོད་དང་  
 ལྷན་པའི་ཁྱུ་དུག་དང་ཞིང་ཏུ་མཐོ་དོ་སྟེ་ཁྱུ་གསུམ་མོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་  
 བྱེད་ཏུ་འཇུག་ན་བཅད་ནས་ལྷུང་བྱེད་རྟོ། །དགུ་པ་དབྱར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་  
 ལས་ཁྱུར་པ་ནི། ཡང་ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤྲོད་གིས་དབྱར་གྱི་ཆར་སྐྱབ་པའི་  
 གོས་རས་ཆེན་རང་ངམ་གཞན་ལ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་ན་རས་ཆེན་གྱི་ཆོད་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱེད་ཏུ་ཚུགས་ཅིག། དེ་ལྟ་དབྱར་གྱི་གོས་རས་ཆེན་གྱི་ཆོད་ནི་

འདྲི་ཡིན་ཏེ། མིན་ཏུ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་མཐོའི་མཐོ་བྱས་སྟེ་བྱས་ཏུ་  
 དང་ཞིང་ཏུ་མཐོ་བྱེད་དང་གསུམ་སྟེ་བྱས་གསུམ་དང་སོར་བཙོ་བརྒྱད་ཙམ་མོ། །  
 དེ་ལས་ལྷག་པར་བྱེད་ཏུ་འབྲུག་ན་དངོས་པོ་དེ་བཙན་ནས་བཤགས་པའི་ལྷང་  
 བྱེད་དོ། །བརྩེ་པ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆད་ལས་གྲུང་པའི་  
 ལྷང་བྱེད་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྷ་ལུ་དགོ་སྒྲོང་གང་སྟོན་པ་བདེ་བར་གསེགས་  
 པའི་ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆད་ཀྱི་ཆོས་གོས་བྱེད་ཏུ་འབྲུག་གམ་བདེ་བར་གསེགས་  
 པའི་ཆོས་གོས་ལས་ལྷག་པར་རང་རམ་གཞན་ལ་བྱེད་ཏུ་འབྲུག་ན་ལྷང་བྱེད་  
 དོ། །དེ་ལ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆད་ནི་འདྲི་ཡིན་ཏེ། མིན་  
 ཏུ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་མཐོའི་མཐོ་བརྩ་སྟེ་བྱས་བཙོ་ལྷ་དང་། ཞིང་ཏུ་བདེ་  
 བར་གསེགས་པའི་མཐོ་བྱས་སྟེ་ཆད་དང་ལྷན་པའི་བྱས་སྟེ་དེ་ལ་འདྲི་ནི་བདེ་  
 བར་གསེགས་པའི་ཆོས་གོས་ཀྱི་ཆད་དོ། །གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ་པའི། ཆོ་  
 དང་ལྷན་དག་བདག་གིས་ལྷང་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་དག་བརྩེ་པོ་དག་བཏོན་ཟིན་ཏོ། །  
 བཞི་བརྒྱམ་བཞག་བསྒྲག་པའི། ལྷང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་བཏོན་པ་དེ་ལ་བདག་  
 གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ཅི་འདྲི་ལ་བྱིད་རྒྱལ་སྟོང་སྟེ་དག་གམ་ཞེས་  
 སྤྲིའོ། ཅི་འདྲི་ལ་བྱིད་ཡོངས་སྟེ་དག་གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་ཏུ་  
 སྤྲིའོ། །འདྲི་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཡོངས་སྟེ་དག་ན་འདྲི་ལྷང་ཅིང་མི་སྒྲིབ་པས་  
 དེ་དེ་བཞིན་ཏུ་འཛིན་ཏོ། །གསུམ་པ་སོ་སོར་བཤགས་པ་གདོན་པ་ལ་ལྷ་སྟེ་  
 སྟོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། སོར་བཤགས་གདོན་པའི་ལུང་དཔོག་སོ་སོའི་མཆོན་



ཉིད། མཇུག་བསྐྱབ་པ། རྣམ་བཤག་བསྒྲག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣོམ་ལ། སྤོང་  
 ཏུ་དགོ་སྤོང་མ་ལ་ཟས་ལེན་པ་དང་། བྱིས་གཞན་ཉིད་ཏུ་གྲལ་རིམས་སྤུམ་  
 ཐེབས་པར་འགྲིམ་ཏུ་འཇུག་པ་མ་བསྒྲོག་པར་ཟ་བ་དང་ནི། བསྐྱབ་པ་རྣམས་  
 དལ་ཏེ་བྱིས་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། དགོན་པ་ནགས་ཉལ་ལས་བྱུང་བ་ནི་སངས་  
 རྒྱུ་ལན་པར་གསུངས་པ་ཡིས། རོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་སྤྱི་དག་འདོན་པའི་སྒོ་ནས་སོ་སོར་བཤགས་  
 པར་བྱ་བ་ཁ་མ་ཐོ་བའི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པས་ན་ཆོས་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་  
 བཞི་པོ་འདི་དག་ནི་ལྷ་བ་ཕྱིན་ཕྱིན་ཅིང་གསོ་སྦྱོང་གཏོན་པའི་ཆོ་སོ་སོར་ཐར་  
 པའི་མདོ་གཏོན་པ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །གསུམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། དང་པོ་དགོ་སྤོང་  
 མ་ལ་ཟས་ལེན་པའི་སོར་བཤགས་ནི། ཡང་ཉེ་དགའ་ལྟ་བུའི་དགོ་སྤོང་གང་  
 ཆོས་འདི་པའི་དགོ་སྤོང་མ་བདུན་ཚུད་ཆད་ཀྱི་ཉི་ཏུ་མ་ཡིན་པ་ལམ་པོ་ཆེའི་  
 སྤང་ན་འཇུག་པ་བསོད་སྒྲོམས་ཀྱི་ཕྱིར་ལམ་པོ་ཆེ་དང་། སྤང་དང་། བཞི་  
 མདོ་དང་། སྤུམ་མདོ་ལ་སོགས་པའི་སྤོང་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡི་ཡུལ་དེ་ལས་བཅའ་  
 བ་ལྟ་བུ་བཟའ་བ་ལྟ། དྱིན་ལེན་སྤོང་ཏུ་མ་བཅུག་པར་རང་གི་ལག་གིས་བྱུངས་  
 ཏེ་འཆའ་བུ་ལམ་མགུལ་ཏུ་མིད་ནས་ཟ་ན་དགོ་སྤོང་དེས་སྤོང་གི་ཕྱི་རོལ་ཀྱན་  
 དགའ་ར་བར་ཏེ་གཙུག་ལག་ཁང་ཏུ་སོང་སྟེ་དགོ་སྤོང་འཁོད་པ་རྣམས་ལ་ཆོ་  
 དང་ལྷན་པ་དག་བདག་ལ་སྤྱད་པའི་གནས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པས་མི་རིགས་  
 པ་སྤྱི་དག་འདོན་པའི་སྒོ་ནས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་ལྷུང་བ་ལྷུང་གིས།

ཆོས་དེ་ཆོ་དང་ལྷན་པའི་མདུན་དུ་སོ་སོར་བཤགས་སོ། །ཞེས་མཐོལ་ནས་  
 སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆོས་འདི་ནི་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའོ། །གཉིས་  
 པ་གྲལ་རིམ་སྒྲུ་མ་ཡེབས་པར་འབྲིམ་འཇུག་མ་སྒྲོག་པར་ཟ་བའི་སོར་བཤགས་  
 བེ། ཡང་དུག་སྟེ་ལྷ་ལུའི་དགེ་སྟོང་གང་གསུམ་ཡན་ཆད་རབ་དུ་མང་པོ་དག་  
 གྲམ་ཟེ་དང་ཁྱིམ་བདག་གི་ཁྱིམ་རྒྱལ་སྒྲུ་ཟས་ཀྱི་ཕྱིར་མགོན་དུ་བོས་ནས་  
 ཟན་ཟ་བའི་ཆོ་དེ་ན་གལ་དེ་སྟོམ་དགའ་མོ་ལྷ་ལུའི་དགེ་སྟོང་མ་ཞིག་དགེ་སྟོང་  
 འདི་ལ་ནི་བཅའ་བ་ཕྱིན་ཞིག་ འདི་ལ་ནི་འབས་ཆེན་ཕྱིན་ཞིག་ འདི་ལ་ནི་  
 སྒྲན་ཆོད་ཕྱིན་ཞིག་ འདི་ལ་ནི་བཏུང་བ་ཕྱིན་ཞིག་ ཡང་ཕྱིན་ཞིག་ཅས་བསྟོ་  
 ཞིང་འདུག་ན་དགེ་སྟོང་མ་དེ་ལ་དགེ་སྟོང་འཁོད་བ་དེ་རྒྱལ་སྒྲུ་འདི་རྒྱད་  
 ཅས་བསྟོ་བར་བྱའོ། །ཁྱིང་མོ་ཁྱིད་དགེ་སྟོང་རྒྱལ་སྒྲུ་ཟན་ཟ་བའི་བར་དུ་དེ་  
 ཞིག་ཅབ་ཅབ་མ་བྱེད་པར་ཁ་ཤོག་པར་སྟོད་ཅིག་ཅིས་བསྟོ་བར་བྱའོ། །གལ་  
 དེ་དགེ་སྟོང་གཅིག་གིས་ཀྱང་དགེ་སྟོང་མ་དེ་ལ་དེ་རྒྱད་ཅས་སྒྲུ་མ་སྟོབས་དེ་  
 མ་སྒྲུ་སྒྲན་དགེ་སྟོང་འཁོད་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟེ་རོལ་ཀྱན་དགའ་ར་  
 བར་སོང་སྟེ་དགེ་སྟོང་རྒྱལ་སྒྲུ་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་བདག་ཅག་ལ་སྒྲན་པའི་  
 གནས་མི་རིགས་པ་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་བྱུང་གིས་ཆོས་དེ་སོ་སོར་འཆགས་  
 སོ་ཞེས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆོས་འདི་ཡང་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱའོ། །  
 གསུམ་པ་བསྐབ་པ་བྲལ་དེ་ཁྱིམ་དུ་འཇུག་པའི་སོར་བཤགས་བེ། རྒྱན་ཞུགས་  
 སོགས་སྟོབ་པ་དག་གི་གྲམ་ཟེ་སོགས་ཁྱིམ་གང་དག་དགེ་འདུན་གྱིས་ཁྱིམ་

གྱི་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིམ་པ་གསོལ་བའི་ལས་ཀྱིས་བསྒྲིམས་པར་གྱུར་ལ་ཡང་དུག་  
 རྩེ་ལྟ་བུ་དགེ་སྤྲོད་གང་སྤྲོད་པ་དག་གི་ཁྱིམ་གང་དག་དགེ་འདུན་གྱིས་བསྐྱབ་  
 པའི་སྒྲིམ་པས་བསྐྱམས་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཏུ་མཆོག་ཟུང་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་མགོན་ཏུ་  
 བོས་པའི་མ་གཏོགས་ཏེ་མ་བོས་པར་ཏེ་མ་བསྐྱབས་པར་སོང་སྟེ་རང་གི་ལག་  
 གིས་བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་བྱུངས་ཏེ་འཆའ་མ་ཟ་ན་དགེ་སྤྲོད་དེས་ཕྱི་རལ་  
 ཀྱན་དགའ་ར་བར་སོང་སྟེ་དགེ་སྤྲོད་ནུས་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་བདག་ལ་  
 སྤྲད་པའི་གནས་མི་རིགས་པ་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་བྱུང་གིས་ཆོས་དེ་  
 སོ་སོར་འཆགས་སོ་ཞེས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆོས་འདི་ཡང་སོ་སོར་  
 བཤགས་པར་བྱའོ། །བའི་བ་ནགས་བདགས་པ་ལས་གྱུར་པའི་སོར་བཤགས་  
 བེ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་གོང་  
 ལས་སྐྱུང་གསལ་གཅིག་གི་སྐྱེད་ཡོད་པའི་དགོན་པ་གང་དག་ཆོས་སྐྱོན་སྐྱོགས་  
 ཀྱིས། དོགས་པ་དང་བཅས་པར་གསལ་བ། ལྷག་སྐྱོགས་གཅིག་གཟུན་གྱིས་  
 འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་གསལ་བ། ཤ་སྦྱང་དང་སྦྱང་བྱ་སྦྱང་ཉི་མ་སྐྱོགས་  
 འཛིགས་པ་ཐ་དད་པས་འཛིགས་སྟུ་རུ་བ་དང་བཅས་པར་གསལ་པར་གྱུར་  
 ལ་ཡང་དུག་རྩེ་ལྟ་བུ་དགེ་སྤྲོད་གང་དགེ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་དགོན་པ་གང་  
 དག་དོགས་པ་དང་བཅས་པར་གསལ་བ། འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་  
 གསལ་བ། འཛིགས་པ་ཐ་དད་པས་འཛིགས་སྟུ་རུ་བ་དང་བཅས་པར་  
 གསལ་བ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཏུ། བགས་ཏུལ་པས་སྤྲུལ་བགས་མ་ཏུལ་བར་ཀྱན་

དགའ་ར་བའི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་བྱིན་ལེན་སྟོབས་སུ་བཅུག་  
ནས་སྤངས་ཏེ་འཆའ་མ་ཟེན་དགོ་སྟོང་དེས་ཕྱི་རོལ་ཀུན་དགའ་ར་བར་སོང་  
སྟེ་དགོ་སྟོང་རྣམས་ལ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་བདག་ལ་སྤྲད་པའི་གནས་མི་རིགས་  
པ་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་བྱུང་གིས་ཆོས་དེ་སོ་སོར་འཆགས་སོ་ཞེས་སོ་  
སོར་བཤགས་པར་བྱ་སྟེ་ཆོས་འདི་ཡང་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའོ། །བཞི་  
པ་མཇུག་བསྟུ་བའི། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས་པར་  
བྱ་བའི་ཆོས་བཞི་པོ་དག་བརྟོན་ཟིན་ཏོ། །ལྷ་པ་རྣམ་བཞག་བསྐྱུགས་པ་ནི་  
སོར་བཤགས་བརྟོན་པ་དེ་ལ་བདག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་ལ་ཅི་འདི་ལ་  
ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གམ་ཞེས་དྲིའོ། །ཡང་ཅི་འདི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་  
སུ་དག་གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དྲིའོ། །འདི་ལ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་  
དག་ཡོངས་སུ་དག་ན་འདི་ལྟར་ཅད་མི་སྤྲོ་བས་དེ་དེ་བཞིན་དྲུ་འཛིན་ཏོ། །  
བཞི་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མང་པོ་གདོན་པ་ལ། སོ་སོར་བཤད། མཇུག་བསྟུ།  
རྣམ་བཞག་བསྐྱུགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་དག་སྟེ། གོས་ལས་གྱུར་པའི་སྟེ། ཁྱིམ་  
དུ་འདུག་པའི་སྟེ། ཟས་སྤང་བའི་སྟེ། ཟས་ཟ་བའི་སྟེ། ལུང་བཟེད་ལ་སྦྱོད་  
པའི་སྟེ། ཆོས་བརྟན་པའི་སྟེ། སྤྱབ་པའི་སྟེ། སྤྱབ་པའི་སྟེའོ། །དང་པོ་ལ། སྟོམ་  
གྱིས་མདོར་བརྟན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གདོན་པའི་ལུང་དཔོག་སོ་སོའི་མཚན་  
ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི། སྟོམ་ལ། ཤམ་ཐབས་ལ་ནི་རྣམ་པ་བདུན་དང་། སྟོང་  
གཡོགས་ཆོས་གོས་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ་གོས་ཀྱི་བཅུ་དང་གིན་ཏུ་བསྐྱུམས་

ལ་སོགས་པ་བྱིས་དུ་འགོ་བའི་སྡེ་ལྟ་དང་། མགོ་གཡོགས་པ་ལ་སོགས་པ་  
ནམ་པ་ལྟ་དང་། མཚོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་ལྟ་དང་། ལུས་བསྐྱར་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནམ་པ་ལྟ་སྡེ་མི་འགོ་བའི་བྱ་དང་། སྟན་ལ་འདུག་པར་མི་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་དགྲ་དགྲ་དང་། ཟས་སྒྲུང་བ། དྲིན་ལེན་བྱ་བ་སོགས་  
བརྒྱད་ནམས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཚོད་དུ་ལྟན་པ་དགྲ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
ཆོས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་འོག་ནས་འབྱུང་བ་མང་པོ་འདྲི་དགྲ་ནམས་ནི་ཆོ་  
བ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་པའི་ཆོ་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་  
ཁོད་ན་ལས་འབྱུང་ངོ་། །

གསུམ་པ་ནི། ཤམ་ཐབས་ཀྱི་མ་མཐའི་ཁད་མཉམ་པས་རྒྱུ་པོར་བགོ་བར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ། ཤམ་ཐབས་རྟ་ཅད་ཅིང་བ་ལུས་གོང་མི་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་པ་  
དང་། རྟ་ཅད་འཛོལ་བ་ཡོང་བར་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲུང་པོ་ཆེའི་སྟེ་  
ལྟར་སྟོགས་གཅིག་འབྱུང་ནས་ནར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཤམ་ཐབས་རྟ་ལའི་  
ཡོ་མ་ལྟར་ལྟེ་གོང་དུ་མར་བཞེབས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཤམ་ཐབས་འབྱུང་  
ལུང་མ་ལྟར་སྒྲིག་པས་བར་ལུས་ལྟར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཤམ་ཐབས་ལྟེ་བའི་  
འོག་ཏུ་སྒྲུལ་མགོའི་གདེང་ཀ་ལྟར་བྱིར་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་བགོ་བར་བསྐྱབ་  
པར་བྱའོ། །ཆོས་གོས་སྒྲ་གོས་དང་སྒྲུལ་སྒྲུར་མ་མཐའ་མཉམ་པའི་རྒྱུ་པོར་  
བགོ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཆོས་གོས་རྟ་ཅད་ཅིང་བ་ལུས་གོང་དུ་མི་སྒྲིབ་པ་མ་  
ཡིན་པ་དང་། ཆོས་གོས་རྟ་ཅད་འཛོལ་བ་ཡོང་བར་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་པར་བགོ་

བར་བསྐབ་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ཁྱིམ་དུ་འདུག་པའི་སྡེ་ནི་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་  
 ཤིན་ཏུ་བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱུ་ལག་བསྐྱོད་པ་སོགས་མི་བྱ་བར་ཁྱིམ་གཞན་དུ་འགྲོ་  
 བ་དང་། གོས་ལེགས་པར་ལུས་ལ་མཉམ་པར་གཡོགས་ཤིང་བགོས་བ་དང་།  
 ཅ་ཅའི་སྒྲ་བསྐྱེད་བ་དང་། མིག་གཡེད་ས་པར་མི་བྱ་བར་འབྲུལ་བ་མེད་པར་  
 ཁྱིམ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། མིག་གཉེན་ཤིང་གང་ཅམ་དུ་ལྟ་ཞིང་ཁྱིམ་གཞན་  
 དག་ཏུ་འགྲོ་བར་བསྐབ་བར་བྱའོ། །མགོ་རས་ལ་སོགས་ཀྱིས་མི་གཡོགས་  
 བ་དང་། ཆར་སོགས་མེད་པར་གོས་འདོམ་སྒྲུང་བར་མི་བརྟེན་བ་དང་། གོས་  
 གྲག་གཉིས་ཀར་མི་གཟར་བ་དང་། ལག་པ་གཉེན་འགོད་དུ་གཡས་པ་མཛུགས་  
 བ་དང་། བསྐྱེད་པ་མགོ་གཡོན་པར་བཞག་དེ་བཞིན་གཡོན་པ་འདྲ་བས་པས་མི་བསྐྱེད་  
 བ་དང་། ལག་པ་གཉིས། ཐད་ཀར་བརྒྱུད་ས་ཏེ་སོར་སོ་གཉིས་ལྟག་པར་མི་  
 བསྐྱེད་པར་ཁྱིམ་གཞན་དུ་འགྲོ་བར་བསྐབ་བར་བྱའོ། །ཁྱིམ་དུ་འགྲོ་བའི་  
 ཆེ་རང་གར་མི་འཆོད་པ་སྟེ་མཆོད་ཞིང་མི་འགྲོ་བ་དང་། ཉ་ཅང་སྦྱིད་པ་མི་  
 བརྒྱུད་ས་པ་དང་། ཅོག་ལུས་འགོ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་པས་དྲིང་པ་བཏེགས་  
 ཏེ་བྱང་པས་འགོ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ལག་པ་གཉིས་སྒྲིང་པའི་དཀྱུར་བརྟེན་  
 ཏེ་གྲུ་མོའི་ཚྭ་གས་སྒྲུང་སྒྲུང་ཐོར་བྱས་ཤིང་མི་བརྟེན་པར་ཁྱིམ་གཞན་དུ་འགྲོ་  
 བར་བསྐབ་བར་བྱའོ། །ལུས་གཙུ་སྟེ་མི་བསྐྱེད་བ་དང་ལག་པ་མི་དཀྱོག་པ་  
 དང་། མགོ་མི་བསྐྱེད་བ་དང་། གཞན་དག་དང་སྒྲག་པ་གཉིས་མི་སྦྱད་པ་  
 དང་། གཞན་དང་ལག་པ་མི་སྦྱེལ་བར་ཁྱིམ་གཞན་དུ་འགྲོ་བར་བསྐབ་བར་

བྱེད། །གཟུམ་པ་སྟན་ལ་འདུག་པའི་སྡེ་ནི། བྱིས་བདག་སོགས་གྱིས་མ་བསྒྲོས་  
 པར་བྱིས་གཞན་དུ་སྟན་ལ་མི་འདུག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། སྟན་ལ་སོག་ཆགས་  
 སོགས་མ་བརྟགས་པ་དང་། བྱ་ཚོམ་དུ་ལུས་ཐམས་ཅད་གྱི་ལྗོངས་གྱིས་ཐིག་  
 ཅས་མི་དབབ་པ་དང་། ཀླད་པའི་སྡེ་དུ་ཀླད་པ་བཞག་སྟེ་མི་བསྒྲོལ་བ་དང་།  
 བརྒྱ་ཡི་སྡེ་དུ་བརྒྱ་བཞག་ཏེ་མི་བསྒྲོལ་བ་དང་། ལོང་ལུང་སྡེ་དུ་ལོང་ལུ་  
 མི་གཞག་པ་དང་། ཀླད་པ་གཉིས་ཁྲི་འོག་སོགས་སུ་འགབ་གྲུང་དུ་བཀྱག་  
 སྟེ་མི་དགྲགས་པ་དང་། བརྒྱ་གཉིས་གཤིབ་སྟེ་བྱིན་པ་དང་ཀླད་པ་གཉིས་བསྐྱད་  
 བས་མི་གདང་བ་དང་། ཀླད་པ་གཉིས་ཐད་ཀར་གདང་ཏེ་འདོམས་མི་སྤྱད་  
 པར་བྱིས་གཞན་དུ་སྟན་ལ་འདུག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱེད། །བཞི་པ་ཟས་སྤྱང་  
 བའི་སྡེ་ནི། ལེགས་པར་བྱིན་ལེན་བྱས་ནས་ཟས་སྤྱང་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ།  
 སྟོད་གྱི་ཁ་ལོགས་གྱི་ཕྱ་དང་ཁ་དྲ་ཆད་དུ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཚོད་མ་དང་ཟས་  
 མཉམ་པར་མ་ཡིན་པ་དང་། གལ་ཐར་ཆགས་སྟེ་དང་། ལྷུང་བཟེད་ལ་མིག་  
 གིས་བལྟ་ཞིང་སྟོད་དུ་ཤེས་པས་སྤྱང་བ་དང་། བཅའ་བ་དང་བཟའ་བ་མདོན་  
 སུམ་དུ་མ་འོངས་པར་ལྷུང་བཟེད་སྤར་ཡོད་མིན་པར་མི་བཟེད་པ་དང་། ཡང་  
 ཟན་སོགས་འདོད་པའི་བྱིར་འབྲས་ཆན་གྱིས་ཚོད་མ་སྤྲས་ནས་མི་དགབ།  
 ཚོད་མས་འབྲས་ཆན་མི་དགབ་པ་དང་། བཅའ་བ་དང་བཟའ་བའི་སྡེ་དུ་  
 ལྷུང་བཟེད་མི་གཟུང་བར་བསྐྱབ་པར་བྱེད། །ལྷ་པ་ཟས་བའི་སྟེ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ་དང་པོ་སྟོམ་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ་ནི། སྟོམ་ལ། ཟས་ལ་ལེགས་པར་བྱ་

བ་དྲུག་དང་། ཅུག་ཅུག་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་ལྟ། འབྲུགས་ཐ་དན་དྲ་བྱེད་  
 པ་སོགས་ལྟ། ལག་པ་བལྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་ལྟ་སྟེ་བསྐྱབ་པ་ཉི་ཤུ་  
 ཅུ་གཅིག་གོ། གཉིས་པ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། བྱོང་འབའ་  
 ཞིག་དྲ་མ་ཟད་གནས་ཐམས་ཅད་དྲ་ལྟགས་པར་བསྐྱབ་བཟུང་བར་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ། ཁར་ཁམ་ཚད་དྲ་གཞུག་ཅིང་མིད་པར་བྱ་བའི་བསྐྱར་ཏུ་ཅད་ཚུད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། ཁམ་ཏུ་ཅད་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཁམ་རན་པ་རད་དང་འཛིག་  
 རྟེན་དང་མཐུན་པར་བཟུང་བ་དང་། ཁམ་ཁ་ཡི་སྒོར་ཉི་ལར་མ་གཟུགས་པར་  
 ཁ་མི་གདང་བ་དང་། ཁ་ཁམ་གྱིས་བཀྱང་སྟེ་ཆོག་མི་སྐྱབ་པར་བསྐྱབ་པར་  
 བྱའོ། བསྐྱབ་པར་ན་ཁ་སྐྱབ་ཅུག་ཅུག་ཟེར་བར་མི་བྱ་བ་དང་། ཅུག་ཅུག་ཟེར་  
 བར་མི་བྱ་བ་དང་། ཏུ་ཏུ་ཟེར་ཞིང་བཟུང་བར་མི་བྱ་བ་དང་། ལྷ་ལྷ་ཟེར་ཞིང་  
 བཟུང་བར་མི་བྱ་བ་དང་། བསྐྱབ་པར་སྟེ་ལྷ་ལྷ་ཟེར་ཞིང་ཟུག་མི་བཟུང་བར་བསྐྱབ་  
 པར་བྱའོ། འབྲས་ཆེན་སོགས་འབྲུ་རེ་རེ་ནས་ཐ་དན་དྲ་མི་བྱ་བ་དང་། ཟན་  
 འདི་ཁོའི་སོགས་འབྲས་མི་གདགས་པ་དང་། མཐུར་བ་གཡས་གཡོན་  
 མི་སྒོར་བ་དང་། ཀན་སྐྱུ་མི་གཏོགས་པར་བཟུང་བ་དང་། ཁམ་འཕྲོར་སོས་  
 མི་བཅད་པར་བསྐྱབ་བཟུང་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ལག་པར་བསྐྱབ་ཆགས་  
 པ་མི་བལྟག་པ་དང་། ལྷ་བཟུང་ལ་བསྐྱབ་པ་སྟེ་སོགས་གྱིས་མི་འཕྲོག་  
 པ་དང་། ལག་པ་ལ་བསྐྱབ་ཆགས་པ་མི་སྐྱག་པ་དང་། ལྷ་བཟུང་གྱི་ནང་དྲ་  
 བསྐྱབ་སོགས་སྐྱགས་ཏེ་མི་བསྐྱོམ་པ་དང་། མཚོན་རྟེན་འདྲ་བར་བཅོས་ཏེ་བཅོམ་



ནས་ཟས་མི་བཟའ་བར་བསྐྱབ་བར་བྱའོ། །དྲུག་པ་ལྟར་བཟེད་ལ་སྦྱོད་པའི་  
 རྩེ་ལ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་སྒྲིམ་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ་ནི་སྒྲིམ་ལ། འབྲུ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་པ་བཞི་དང་། ལྟར་བཟེད་ལ་ཡང་རྣམས་པ་བརྒྱ་དང་། འགྲེང་  
 བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་དང་། མཐོ་གཡོགས་པ་ལ་སོགས་རྣམས་པ་ལྷ་  
 དང་། རྟོ་གེར་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྷ་དང་། སྤྲང་ཆེན་ཞོན་པ་ལ་སོགས་བཞོན་  
 པ་རྣམས་པ་ལྷ་དང་། ལག་རྩ་འབར་པ་ཐོགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་དྲུག་དང་།  
 རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་བཞི་སྟེ་བསྐྱབ་པ་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་འོག་ནས་འབྱུང་  
 བ་རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། དྲུང་  
 རྩ་འདུག་པ་འཕམ་ཐག་རིང་པོའི་དགེ་སྦྱོར་གྱི་ལྟར་བཟེད་ལ་འབྲུས་གདགས་  
 པའི་ཕྱིར་མི་བཟྱ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ། ལག་པ་ཟས་དང་འབགས་པས་བྱ་  
 མ་བུམ་སོགས་ཆུ་སྟོད་ལ་མི་གཟུང་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ། དྲུང་རྩ་འདུག་པའི་  
 དགེ་སྦྱོར་ལ་ཟས་དང་འབག་པའི་ཆུས་མི་གཏོར་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ། བྱིས་  
 པ་འདུག་པ་ལ་མ་དྲིས་པར་ཆུ་ཟས་དང་འབགས་པ་བྱིས་པའི་བྱིས་གཞན་  
 དུ་མི་དཔོ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ལྟར་བཟེད་གྱི་ནང་དུ་བེད་ཐོགས་སོགས་  
 བྱེད་བྱེད་ཟོས་པ་རན་མར་གྱུར་པའི་ཟས་གྱི་ལྷག་མ་སྤྲུགས་ཏེ་མི་དོར་བར་  
 བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །འོག་གཞི་ལོ་མ་ལ་སོགས་དག་གིས་གཡོགས་པ་མེད་  
 པའི་སྤྱོགས་སྤྱུ་ལྟར་བཟེད་མི་བཞག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། རོས་ཆད་པའི་གད་  
 ཀླ་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱིན་གྱིས་གཞོལ་བའི་གཡང་ས་མ་ཡིན་པ་དང་། བང་

རིམ་ལྟ་བུའི་དཀར་གཟར་པོ་མ་ཡིན་པར་ལྟུང་བཟེད་བཞག་པར་བསྐྱབ་པར་  
བྱ། ཆག་བ་སྒོང་ཕྱིར་འགོད་སྟེ་ལྟུང་བཟེད་མི་བཟུ་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། ངམ་  
གོག་གི་གད་ཀ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཡང་ས་མ་ཡིན་པ་དང་། དཀར་གཟར་  
པོ་མ་ཡིན་པར་བཟུ་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། འབབ་རྒྱུད་གྲག་པོའི་རྒྱུན་ལས་རྒྱུ་  
སྟེ་ལྟུང་བཟེད་གྱི་རྒྱ་མི་བརྒྱ་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བདུན་པ་ཆོས་སྟོན་པའི་  
སྟེན། ཉན་པོ་མི་ན་པར་འདུག་པ་ལ་འཆད་པོ་འགོད་སྟེ་ཆོས་མི་བཤད་པར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ། ཉན་པོ་མི་ན་པར་ཉལ་པར་འཆད་པོ་འདུག་སྟེ་ཆོས་མི་བཤད་  
པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། ཉན་པོ་མི་ན་པར་སྟན་མཐོན་པོ་ལ་འདུག་པ་ལ་འཆད་  
པོ་སྟན་དམའ་པ་ལ་འདུག་སྟེ་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། ཉན་པོ་  
མི་ན་པར་མདུན་དུ་འགྲོ་པ་ལ་འཆད་པོ་ཕྱིན་ས་འགྲོ་ཞིང་ཆོས་མི་བཤད་པར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ། ཉན་པོ་མི་ན་པར་ལམ་ནས་འགྲོ་པ་ལ་འཆད་པོ་ལམ་གྱི་  
འགམ་ནས་འགྲོ་ཞིང་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

ཡང་ཉན་པོ་མི་ན་པར་རས་སོགས་ཀྱིས་མགོ་གཡོགས་པ་དང་གོས་བརྩམ་  
པ་དང་འབྲག་པར་གཟར་བ་དང་། ལག་གཉིས་གཉའ་གོང་དུ་བསྒྲེལ་བ་  
དང་། རྟག་པར་བསྒྲེལ་བ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཡང་  
མི་ན་པར་རྒྱ་ཐོང་ཅིག་བྱས་པའི་དོ་ཀར་ཅན་དང་། ལྷ་གྲོན་པ་དང་། མགོ་  
དར་གྱི་ཅོད་པན་ཅན་དང་། མགོ་མེ་ཉོག་གི་སྤེང་བ་ཅན་དང་། སྤེང་བ་སོགས་  
ཀྱིས་མགོ་དཀྱིས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཉན་པོ་མི་ན་

བར་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ལ་ཞོན་པ་དང་། རྟ་ཞོན་པ་དང་། ཁྱོགས་འདོ་ལེ་ལྷ་བྱ་ན་  
 འདུག་པ་དང་། གཡག་སོགས་བཞོན་པའི་སྟེང་ན་འདུག་པ་དང་། མཆིལ་  
 ལྷམ་གྱོན་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཉན་པོ་མི་ན་བར་  
 ལག་ན་ལམར་བ་ཐོགས་པ་དང་། ལག་ན་གཏུགས་ཐོགས་པ་དང་། ལག་  
 ན་མཆོན་ཆ་ཐོགས་པ་དང་། ལག་ན་རལ་གྱི་ཐོགས་པ་དང་། ལག་ན་དགྲ་  
 ཆ་མདའ་གཞུ་ཐོགས་པ་དང་། བོ་ཆ་གྱོན་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་པར་བསྐྱབ་  
 པར་བྱའོ། །བརྒྱད་པ་སྐྱབ་པའི་སྟེན་ནི། དག་སྟོང་མི་ན་བར་འགྲོར་སྟེ་བཤད་  
 པ་དང་གཅི་བ་མི་བྱ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །མི་ན་བར་དག་སྟོང་ཆུ་ཡི་ནང་  
 དུ་བཤད་གཅི་དང་། མཆིལ་མ་དང་། ལྷབས་དང་། ལྷགས་པ་དང་། ལྷགས་  
 པ་མི་བྱ་བ་དང་། བྱས་ཟེན་པ་ཡང་མི་དོར་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དག་སྟོང་  
 མི་ན་བར་ཐམས་ཅད་ཁྱབ་པར་མ་གཏོགས་ཆུ་སྟོན་པོ་ཡོད་པའི་སྟེ་ལྷགས་སྟེ་  
 བཤད་གཅི་དང་། མཆིལ་མ་དང་། ལྷབས་དང་། ལྷགས་པ་དང་། ལྷགས་  
 པ་མི་དོར་བར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དག་པ་རྒྱ་བའི་སྟེན་ནི། ཐོག་ལ་གཞོད་པ་  
 ལྷུང་བ་མ་གཏོགས་པར་གིང་ལ་མི་གང་ཅམ་ལས་མཐོ་བར་མི་འདྲེགས་པར་  
 བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་མཐུག་བསྐྱབ་པའི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་བདག་  
 གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་མང་པོ་རྣམས་བཏོན་ཟེན་རྟོ། །གསུམ་པ་རྣམ་  
 བཞག་བསྐྱགས་པའི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་མང་པོ་བཏོན་པ་དེ་ལ་བདག་  
 གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ནི་འདྲི་ལ་བྱེད་རྣམས་ཡོངས་སྟེ་དག་གམ་ཞེས་

སྤྱིའོ། ཅི་འདྲི་ལ་ཁྱེད་རྣམས་ཡོངས་དག་གམ་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་  
 ཏུ་སྤྱིའོ། འདྲི་ལ་ཚེ་དང་ལྷན་པ་དག་ཡོངས་སུ་དག་ན་འདྲི་ལྟར་ཅད་མི་སྒྲི་  
 བས་དེ་དེ་བཞིན་ཏུ་འཛིན་ཏོ། །ལྷ་པ་ཚུད་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་གདོན་  
 པ་ལ། རྣམ་གྱིས་མདོར་བསྟན། གདོན་པའི་ལུང་དཔོག་མཚན་ཉིད་རྒྱས་  
 བར་བཤད་པ། མཇུག་བསྟུ། རྣམ་བཤག་བསྒྲགས་པའོ། །དང་པོ་རྣམ་ལ།  
 མདོན་སྒྲུལ་གྱིས་འདུལ་བ་དང་། དྲན་པས་འདུལ་བ་དང་། མ་ཁྱེས་པས་འདུལ་  
 བ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་གང་ཚུལ་གིང་མད་པོ་སྒྱིན་པ་དང་། དེའི་དོ་བོ་ཉིད་  
 ཆོལ་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། རྣ་རྣམས་བཀྲམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལས་སྒྲངས་པར་  
 ཡང་བྱ་བ་སྟེ་བདུན་པོའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཚེ་དང་ལྷན་པ་དག་འབྲུག་ཡོང་  
 གི་ཚུད་པ་བཞི་པོ་དག་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་བྱ་བ་དང་། དག་པ་སྒྱིན་པ་དང་། ཕྱིར་  
 བཅོས་པ་དང་། དེས་པར་འཛིན་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ཉིད་སྒྱིན་པ་དང་། ལས་ལ་  
 མཐུན་པ་སྒྱིན་ཏུ་གཞུག་པས་ཅི་རིགས་པར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་པོ་ལོག་  
 བས་འབྱུང་བ་འདྲི་དག་ནི། ལྷ་པ་ཁྱེད་ཁྱེད་ཅིང་སྟོ་སྟོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་  
 པའི་ཆེ་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་ཁ་ཏོན་ལས་འབྱུང་ངོ། །གསུམ་པ་ནི། དེ་ལ་  
 འབྲུག་ཡོང་གི་རྒྱ་བཞི་ནི། དངོས་པོའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་ལོག་པར་སྒྲུབ་པ་  
 དང་། གང་མ་དག་སྟོགས་འཛིན་པས་གཞན་སྟོང་བ་དང་། ལྷང་བ་དང་བཅས་  
 བར་ཉིད་དང་། ལས་ལ་མཐུན་པ་མི་སྒྱིན་པ་ཉིད་དོ། །འབྲུག་ཡོང་གི་ཚུད་  
 པ་བཞི་ནི། འབྱེད་ཕྱིར་ཚུད་པ་དང་། མི་གང་མས་པའི་ཕྱིར་ཚུད་པ་དང་། ལྷང་

བྱིར་ཚྱོད་པ་དང་། བྱ་བའི་བྱིར་ཚྱོད་པ་ལོ། ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་ནི།  
 མདོན་སྒྲུལ་གྱིས་འདུལ་བ་དང་། དྲན་པས་འདུལ་བ་དང་། མ་ཕྱོས་པས་འདུལ་  
 བ་དང་། ཚུལ་གྱིང་མང་པོ་སྒྱུན་པ་དང་། དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཆོལ་དུ་གཞུག་པ་  
 དང་། ལྷ་བཀྲམ་པ་ལྷ་བྱ་དང་། ཁས་སྒྲངས་པར་བྱ་བའོ། ཞི་བར་བྱེད་ཚུལ་  
 བྱི་ལྟུག་ལོང་གི་རྒྱ་དང་པོ་ལས་བྱུང་ལ་འབྱེད་བྱིར་ཚྱོད་པ་ལ། མདོན་སྒྲུལ་  
 གྱིས་འདུལ་བར་འོས་པ་ལ་མདོན་སྒྲུལ་གྱིས་འདུལ་བ་དང་། གང་ཚུལ་  
 གྱིང་མང་པོ་སྒྱུན་པར་འོས་པ་ལ་ཚུལ་གྱིང་མང་པོ་སྒྱུན་པས་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་  
 བྱ་བས་དེ་ཞི་བར་བྱའོ། རྒྱ་གཉིས་པ་ལས་བྱུང་བའི་མི་གདམ་པའི་ཚྱོད་པ་  
 ལ་ནི། རྒྱ་བཅས་མདོས་སྒྲུལ་དང་། གང་མང་གིས་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་བྱ་བ་དང་།  
 རྒྱ་མེད་པ་ལ་དྲན་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་ལ་དྲན་པས་འདུལ་བ་སྒྱུན་ནོ། །  
 མ་ཕྱོས་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་ལ་མ་ཕྱོས་པས་འདུལ་བ་དག་པ་སྒྱུན་ནོ། །  
 རྒྱ་གསྒྲུལ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་བྱིར་ཚྱོད་པ་ནི། ངོ་མི་ཤེས་པ་ལ་དེའི་ ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཆོལ་དུ་གཞུག་པར་འོས་པ་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་བཅའ་བ་སྒྱུན་ནོ། །  
 ལྷ་བ་བྱུང་བ་ངོ་ཤེས་པ་བྱིར་འཕྲོས་པ་མེད་པ་ལ་ནི་གང་སྒྲངས་པར་འོས་པ་  
 ལ་ཁས་སྒྲངས་པར་བྱའོ། བྱིར་འཕྲོས་པ་ཉི་ཆོབ་དང་འབྲེལ་བ་ལ། མདོན་  
 སྒྲུལ་གྱི་འདུལ་བ་དང་། དགེ་འདུན་མཐའ་དག་དང་འབྲེལ་བ་ལ་ལྷ་བཀྲམ་  
 པ་ལྷ་བྱ་དང་འོས་པ་ལ་ལྷ་བཀྲམ་པ་ལྷ་བྱ་སྒྱུན་ནོ། རྒྱ་བཞི་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 བྱ་བྱིར་ཚྱོད་པ་ལ། ཆོས་བདུན་པོ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་རྒྱད་གཅིག་

ཏུ་བྱ་བ་དང་། དག་པ་སྦྱིན་པ་དང་། སྦྱིར་བཅོས་པ་དང་། དེས་པར་འཛིན་  
པ་ལ་སྦྱར་བ་ཉིད་སྦྱིན་པས་ལས་ལ་མཐུན་པ་ཉིད་སྦྱིན་དུ་གཞུག་པས་ཞི་བར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་བཞི་ལས་ཚུད་པ་བྱུང་བར་གྱུར་པ་རྣམས་ཚུད་པ་ཞི་བར་  
བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་པོ་འདི་དག་གིས་ཤེས་བྱ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཆོས་དང་།  
ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་བཞག་པས་འདུལ་བ་དང་། རྟོན་པའི་བསྟན་པ་བཞིན་  
དུ་རྒྱུང་བུམ་སྦྱར་བ་ཡང་ན་གོང་གི་ཆོས་བཞིན་དུལ་བར་བྱ། འབྲིང་ངམ་  
དངོས་གཞི་དང་འདུལ་བ་བཞིན་ཞི་བར་བྱ། ཆེན་པོའམ་མཇུག་གི་སྒྲིབས་སམ་  
སྟོན་པའི་བསྟན་པ་བཞིན་རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་  
དག་པ་དག་གིས་སྦྱར་བསྟན་པའི་ཚུད་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་པོ་དག་པ་ཏོན་  
ཟིན་ཏོ། །ལྷ་པ་རྣམ་པཞག་བསྒྲགས་པ་ནི། ཚུད་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་  
པོ་བཏོན་པ་དེ་ལ་བདག་གིས་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་ཅི་འདི་ལ་བྱིད་རྣམས་  
ཡོངས་སུ་དག་གམ་ཞེས་དྲིའོ། །ཅི་འདི་ལ་བྱིད་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གམ་  
ཞེས་ལན་གཉིས་གསུམ་དུ་དྲིའོ། །འདི་ལ་ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་ཡོངས་སུ་  
དག་ན་འདི་ལྟར་ཅད་མི་སྒྲིབས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏོ། །གཉིས་པ་མཇུག་  
བསྟུ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྔ་སྔར་ཐར་བའི་མདོ་གདོན་པ་ལྷ་པོ་གདོན་ཟིན་པར་  
བསྟན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་སུ་ལ་ནན་ཏན་བྱ་བར་གདམས་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དག་པ་དག་གིས་སྔ་སྔར་ཐར་བའི་མདོ་  
གདོན་པ་ལྷ་འདོན་པའི་ནང་ནས་སྐྱེད་གཞི་བཏོན་ཟིན་ཏོ། །ལམ་པར་སྦྱར་

པའི་ཆོས་བཞི་དང་། དགོ་འདུན་ལྷག་མའི་ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་དང་། ལ་དེས་  
 པའི་ཆོས་གཉིས་དང་། སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་གྱི་ཆོས་སུམ་རྩ་དང་། ལྷུང་བྱེད་  
 གྱི་ཆོས་དགུ་བརྩ་དང་། སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་བཞི་དང་། བསྐྱབ་  
 པའི་ཆོས་མང་པོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་དང་རྩ་དུ་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་བདུན་  
 པོ་དག་བཏོན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་ནི། བདུད་བཞི་བཅོམ་ཞིང་ལེགས་པ་  
 ཏུག་དང་ལྷན་པའི་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་ཉིད་མདོན་སུམ་རྟོགས་པས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ཉོན་མོངས་པའི་དག་བཅོམ་ཞིང་ཆགས་བཅས་གྱིས་མཆོད་པར་  
 འོས་པས་དགུ་བཅོམ་པ། རི་ལྷ་རི་སྟེང་མདོན་སུམ་མཁུན་པའི་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དྲེའི་འདུལ་བའི་མདོ་སྦྱིར་གཏོགས་ཤིང་སོ་སོར་ཐར་  
 པའི་མདོར་བསྐྱས་པ་ནི་ལྷུང་བ་སྟེ་ཆོན་ལྷ་པོ་འདི་དག་གོ། །གང་སྟེ་སྟོང་གཞན་  
 ཅས་འབྱུང་བའི་ཆོས་ལྷུང་འདས་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
 པོ་དེ་ལ་ཡང་དགོ་སྟོང་བྱེད་རྣམས་སྦྱོར་བས་འདུན་པ་དང་། དངོས་གཞིས་  
 མཐུན་པ་དང་། མཐུག་དགའ་བ་དང་མི་རྩིས་པར་འཛིག་རྟེན་དང་མི་འགལ་  
 བར་སེམས་ཀྱན་རྩ་སྤྱང་བ་དང་། འདུལ་བ་དང་མི་འགལ་བར་བྲན་པ་དང་  
 བག་ཡོད་པས་དེས་པར་ལེགས་པའི་ལམ་ལ་རྒྱལ་འཕྱོར་དུ་བྱའོ། །ལྷ་བ་བསྐྱས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ལ་བཞི་སྟེ། བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་གསོ་སྦྱང་། འཁོར་བ་  
 སྦྱོང་བ། རྩལ་བྱིམས་སྤངས་བ། དགོ་བ་བསྦྱོ་བའོ། །དང་པོ་ལ། སོ་སོའི་རོ་  
 པོ་དང་། དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱ་བར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ལ་བདུན་ལས། དང་

པོ་རྣམ་པར་གཟིགས་ཀྱིས་གསོ་སྦྱང་ནི། སངས་རྒྱལ་དེ་ཡི་ཉན་ཐོས་རྣམས་  
ཉེས་པ་ཆུང་བར་གྱུར་ལ་འོན་ཀྱང་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་ཆོས་  
མིན་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྲུགས་ལ་རྣམ་པར་འཆོ་བའི་ཉེས་པ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པ་  
དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་དེའི་ཁྱབ་བྱེད་བྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་བའི་མདོ་  
གདོན་པའི་ཆོག་ཞན་གྱི་ཉེས་པ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ་ནི་དགའ་བུལ་དམ་  
པ་ཡིན་ཏེ་ཞེ་སྤང་སྦྱངས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་བསྦྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
ཆོས་ཤེས་ཀྱི་བཟོད་པ་ནི་དེ་སྤོང་དུ་བཏང་བས་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པ་ནི་དངོས་  
པོ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ཅེས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་ཏེ་གཏན་དུ་བ་ཡིན་པས་  
སོ། །རབ་དུ་བྱུང་བ་གཞན་ལ་ཡིད་ཀྱིས་གཞོན་པ་དང་གཞན་ལ་ལུས་དག་  
གིས་འཆོ་བ་ནི། དག་སྦྱང་རྩོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གཙུག་ཏྱར་ཅན་གྱི་གསོ་སྦྱང་ནི། དེའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཉེས་པ་  
ཆུང་ལ་འོན་ཀྱང་གཞན་གྱི་ཉེས་པ་སྒྲོགས་པའི་ཉེས་པ་མང་བ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་  
པས་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་མིག་དང་ལྡན་པ་གང་འདོད་དུ་འགྲོ་བ་ཡོད་པ་ཡིས་དམ་  
གྲོག་སོགས་ཉམ་ང་བ་དག་སྦྱང་བར་བྱེད་པ་རྩི་བཞིན་དུ་མཁས་པས་ཀྱང་  
འཆོ་བའི་འཛིན་རྟེན་འདིར་སྤྲིག་པ་གང་ཡིན་པ་དག་ནི་ཡོངས་སྤྱོད་ལ། རི་  
ལྟར་ན་གཞན་ལ་ཡང་དག་པ་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པས་སྦྱར་བ་མི་གང་བ།  
བརྟེན་པ་དང་། ཆོག་རྒྱབ་སོགས་ཀྱིས་གཞོན་པར་མི་བྱ། སོ་སོར་ཐར་བ་  
སྦྱང་བ་བདུན་གྱི་རང་བཞིན་དེའི་ཡང་རྒྱུད་བསྐྱེད་པ་འཕྲུངས་པར་བྱའོ། །



ལུས་ལྟེ་སོགས་སྒྲུམ་མི་འཕྱུར་བས་ཟས་ཀྱི་ཚོད་ཀྱང་རིག་པར་བྱ། བས་མཐའི་  
 རྟེན་བཅོམ་བའི་གནས་སྒྲུ་གནས་པར་བྱ། སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་  
 བཞི་དང་ཤེས་རབ་སྟེ་ལྷག་པའི་སེམས་ལ་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་པ་སྟེ་རྣལ་འབྱོར་  
 དུ་བྱ་བ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡིན་པས་སྒྲོན་སྤངས་ནས་ཡོན་ཏན་  
 སྒྲུབ་པར་བྱ་ལ། སྒྲོན་ཀྱི་ཆེ་བ་སྒྲུར་གདབ་དང་གཞོད་པ་ཡིན་པས་སྒྲོངས་  
 ཞེས་པའོ། །གསུམ་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲོབ་ཀྱི་གསོ་སྦྱང་ནི། དེའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་  
 ཉེས་པ་རྒྱུད་བར་གྱུར་ལ་འོན་ཀྱང་ཁྱིམ་པ་དང་འགྲོགས་པ་ལ་དགའ་བའི་ཉེས་པ་  
 ཅམ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་སྒོག་ཆགས་བུད་པ་དེས་མེ་ཉྱག་  
 ལས་ཁ་དོག་དང་དྲི་ལ་མི་གཞོད་པར་སྒྲུབ་གཞིབས་ཏེ་འཕུར་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་  
 དུ་བྱུང་བ་ཉན་ཐོས་རྣམས་བསོད་སྦྱོམས་ཀྱི་ཕྱིར་གྲོད་དུ་སྒྲུབ་ན་ཁ་དོག་དང་  
 དྲི་ལ་བུའི་ཟས་ཅམ་ཞིག་སྤངས་ནས་འགྲོ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །བཞི་པ་  
 འཁོར་བ་འཛིག་གི་གསོ་སྦྱང་ནི། དེའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཉེས་པ་རྒྱུད་བར་གྱུར་  
 ལ་འོན་ཀྱང་གཞན་གྱི་སྒྲོན་ཡོན་རྟོག་པའི་ཉེས་པ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་སྤང་  
 ཕྱིར་བདག་གི་རིགས་པ་ལེགས་བཤད་དང་། མི་རིགས་ལ་བརྟགས་པར་  
 བྱ་སྟེ་གཞན་རྣམས་ཀྱི། མི་མཐུན་པ་མི་རིགས་པ་དང་། གཞན་དག་གིས་  
 རྟོགས་པར་བྱས་པ་དང་། མ་བྱས་པ་རྣམས་ལ་བརྟགས་པ་མིན་ཏེ་རྗེས་སུ་  
 ཆགས་པ་དང་ཁོང་ཁྱོད་འབྱུང་བས་སོ། །ལུ་པ་གསེར་བྱུང་གི་གསོ་སྦྱང་ནི། དེའི་  
 ཉན་ཐོས་རྣམས་ཉེས་པ་རྒྱུད་ན་འོན་ཀྱང་སྤང་བཅས་ཀྱི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་

སྒྱུད་པའི་ཉེས་པ་ཅམ་ཡོད་པས་དེ་སྒྲོང་བྱིར་ལྟག་པའི་སེམས་པས་མ་གཏན་  
 བཞི་བོད་གཤམ་ཞེན་པའི་མཚོག་འཛིན་སྒྲོང་ལ་བག་བྱ་སྟེ་མཁྱེན་ལྟན་གྱི་པས་  
 གསུངས་པའི་ཐུག་བསྐྱེད་པའི་གཞི་འཕགས་པའི་བདེན་བཞིན་མས་ལ་བསྐྱབ་  
 ཅིང་ནན་ཏན་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པས་སྐྱག་བསྐྱེད་ལ་ཉེར་ཞི་ལུས་དག་  
 བསྐྱེད་པ་དང་། ཉག་ཏུ་བྱ་བ་དང་ལྟན་པ་བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པའི་རང་  
 སེམས་རྗེས་སྐྱེད་བའོ། སྒྲོབ་པ་ལྟ་བུ་མེད་པ་སྒྲིབ་ཟེད་པ་ལྟ་བུ་ལས་  
 འདས་པ་ཡིན་ནོ། །དུག་པ་འོད་སྐྱེད་གི་གསོ་སྦྱང་ནི། དེའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་  
 ཉེས་པ་རྒྱུད་ལ་འོན་ཀྱང་སྒྱུན་པ་ལ་མི་དགའ་བ་ཅམ་དང་དག་མང་བར་ལྟ་བ་  
 ཅམ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་སྒྲོང་བྱིར་སྒྱུན་པས་འོངས་སྒྱུད་ཅན་གྱི་འཁོར་བར་  
 བདེ་བའི་བསོད་ནམས་རབ་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ལེགས་  
 བར་བསྐྱེད་པ་དག་ཡི་རྒྱ་གསོད་རྒྱ་སོགས་མི་འགྱུར་རོ། །བསམ་གཏན་  
 གྱི་དགེ་བ་དང་ལྟན་པས་ཁོ་སོགས་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་སྒྲིབ་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་  
 བར་འགྱུར་བ་དག་འོངས་སྐྱེད་ཞིང་ཟག་མེད་ཀྱིས་ཉན་མོད་སྐྱེད་པས་  
 ལྟག་བཅས་དང་ལྟག་མེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལས་འདུལ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 རང་བཞིན་བསོད་ནམས་གསུམ་པོ་རིམ་པས་མཚོག་དང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོང་  
 བཞིན་པ་ཟག་མེད་ཡིན་ཞེས་བསྟན་པས་ཡོད་སྟེ། བདུན་པ་གྲག་གྱུ་གསོ་  
 སྦྱང་ནི། ལོ་བཅུ་གཉིས་པར་བསྟན་པ་སྒྲོན་མེད་དུ་གཤམ་དུས་ལྷ་སྐྱེད་གསོ་  
 སྦྱང་འདོན་པའི་ཆོ་སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་སྟེ་ཞེས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་།

དགྲ་བ་ལུན་སྒྲུལ་ཆོག་པ་དང་སྤྱད་ཅེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྒྲུབ་པ་དང་། རང་གི་  
 རེམས་ནི་ཡོད་སྟེ་སྤྲུལ་ལྟ་ཞེས་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་བསྒྲུབ་པ་བསྟན་ཏེ་གསུམ་  
 བོ་འདྲི་ནི་སངས་རྒྱུ་པཅོམ་ལྟ་བུ་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ལུས་ཀྱི་སྒྲུལ་  
 བ་ལེགས་པ་སྟེ། །དགྲ་གི་སྒྲུལ་བ་ཡང་ལེགས་པ་ཡིན། །ཡིད་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་  
 ལེགས་པ་སྟེ། རྒྱལ་གསུམ་པའམ། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་སྒྲུལ་བ་ལེགས། །ཀྱུན་  
 ཏུ་བསྒྲུལ་ས་པའི་དགྲ་སྤོང་ནི། །རྩལ་ཁྲིམས་ལུན་སྒྲུལ་ཆོག་པ་འོ། །སྤྲུལ་  
 བསྒྲུལ་ཀྱུན་ལས་རབ་ཏུ་གྲོལ་བ་ནི། །རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །རི་  
 ལྟར་གྲོལ་ན། དགྲ་རྒྱུས་སྤྱད་ས་ཞིང་ཡིད་ཀྱིས་རབ་བསྒྲུལ་ས་ཏེ། །ལུས་  
 ཀྱི་མི་དགྲ་བ་དགྲ་མི་བྱེད་ཅིང་། རྒྱལ་གསུམ་གྱི་ལས་ལམ་གསུམ་བོ་འདྲི་དགྲ་  
 རབ་ཏུ་སྤྱད་ན་དང་སྤོང་མཆོག་གི་གསུངས་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་ནི་ཐོབ་པར་  
 འགྱུར་འོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱ་བར་གདམས་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་རྒྱུ་  
 གཟིགས་དང་གཙུག་ཏོར་ཅན་དང་ཐམས་ཅད་སྦྱོབ་དང་འཁོར་བ་འཛིག་དང་  
 གཞེར་ཐུབ་དང་འོད་སྤྱད་དང་ཐུག་ཐུབ་པ་དང་སྤོང་གོ་ཅུ་ཉ་མའི་གདུང་ལྟས་  
 ཐུག་བྱས་པས་ལྷ་ཡི་ལྷ་མི་སོགས་གདུལ་བྱ་འདུལ་ཞིང་སྦྱེས་བུ་རྩ་ལྷ་བྱ་དག་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ་སྤྱད་མེད་པ་འཛིག་རྟེན་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་  
 མགོན་པོ་གདུལ་བྱ་དུས་ལས་ཡོལ་མེད་དུ་སྦྱོབ་པ་སྤྱད་མེད་པའི་མཁའ་བ་  
 དང་ལྟན་པའི་མཆོག་སངས་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སོགས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསད་པའི་  
 བོ་བདུན་པོ་དག་སྟན་པའི་གྲགས་པ་དང་ལྟན་པ་རྒྱུས་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པ་འདྲི་

ནི་དུས་དང་པོར་བྱ་བ་དང་གསོལ་བ་བྱས་ནས་གདམས་པ་ལྟ་བུ་དག་རབ་རྩ་  
རྒྱས་པར་བཏོན་པ་འདྲི་ལས་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་གང་སངས་རྒྱས་དེའི་  
ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་ཆོས་འདུལ་བ་འདྲི་ལ་གྲུས་པས་སོ་ཐར་འདྲི་ལ་གྲུས་  
པ་དང་བཅས་པར་གྱུར་པས་འདུས་མ་བྱས་པ་མུངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་  
གྱིས་ཤིག་གཉིས་པ་འཁོར་བ་སྒྲོང་བ་ནི། བརྩོན་འགྲུས་གྱིས་བརྩམ་པར་བྱ་  
ཞིང་འཁོར་བ་ལས་འཇམ་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དཔེན་པར་སོང་ཞིག་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྩོན་པས་འཇམ་པར་བྱའོ། །འདམ་ཁུའི་  
ཁྱིམ་ན་སྤང་ཆེན་རྒྱ་བས་འཛོམས་པ་བཞིན་དུ་འཆི་བདག་གི་སྤྲེ་སྤྲེད་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནི་གཞིམས་ཏེ་འབྱོན་པར་བྱའོ། །གང་ཞིག་རབ་རྩ་བག་མེད་སྤངས་  
ཏེ་བག་ཡོད་པར་འཇགས་ལམ་བརྒྱད་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ཡང་  
དག་པར་སྐྱབ་པ་འདྲི་ལ། རྗེས་སུ་སྐྱབ་པས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་འཁོར་  
བའི་སྐྱག་བསྐལ་གྱི་ཅ་བ་སྤྱེ་བའི་འཁོར་བ་རབ་རྩ་སྤངས་ནས་ཏེ་གཏན་དུ་  
སྤངས་ནས་སྤྱེ་སོགས་སྐྱག་བསྐལ་ཐ་མར་རྒྱན་གཅོད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་  
རོ། །གསུམ་པ་རྩུལ་ཁྱིམས་བསྐྱང་བ་ནི། བརྩོན་གཅིག་ལ་གཅིག་འདོམས་  
ཤིང་ལྟང་བ་ལས་སྒྲོང་བས་རྩུལ་ཁྱིམས་བསྐྱང་བ་དང་། བརྩོན་པ་དང་འཁོར་  
རྣམ་བཞི་འཇེལ་ཞིང་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་གདོན་  
པ་ལྟ་བུ་འདྲི་བཏོན་པའི་སྒོ་ནས་དགེ་འདུན་གྱིས་ནི་ཞེ་མཐུན་གྱི་གསོ་སྤྱོད་  
ལས་འདིར་ནི་མཐུན་པའི་གསོ་སྤྱོད་བྱས་སོ། །རྩུལ་ཁྱིམས་བསྐྱང་བ་སོགས་

གང་གི་ཕྱིར་ནི་མདོ་བཏོན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་གང་གི་ཕྱིར་མཐུན་  
པའི་གསོ་སྦྱོང་བྱས་པར་གྱུར་པའི། ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ནི་བསྐྱུང་བར་བྱ་སྟེ་རི་  
ལྟར་བསེལ་རུམ་གངས་ཁྲོད་ན་གནས་པའི་གཡག་ཆོད་རྩ་མ་ལ་བག་ཡོད་པས་  
སྐྱུངས་པ་རྩ་མ་མ་མཐུག་ལྟར་མི་བརྒྱུད་པའི་རྩེ་མོ་ལྟར་དུ་གཟེར་དེ་འགོ་བ་  
རི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་དག་བ་བཅོ་བཞི། སོ་སོར་ཐར་པ་འདྲི་བཏོན་  
པ་ཡི་བསོད་ནམས་གྲུབ་པ་གང་ཡོད་པ་དེས་ནི་འཛིག་རྟེན་མ་ལུས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་སངས་རྒྱུ་བཙུག་པོ་ལ་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་  
ཤོག་ཅིག། །ཅེས་པའོ། །

བཞི་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ། དཔེས་དང་། བསྐྱུར་བྱུང་ངོ་། དང་པོ་ནི། སོ་སོར་ཐར་  
པའི་མདོ་རྫོགས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། དབང་ལྷན་དམ་པའི་མངའ་བདག་དཔལ་  
ལྷ་བཙན་པོའི་བཀའ་ལྟར་གིས་འཕགས་པ་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྒྲུབ་པའི་  
འདུལ་བ་འཛིན་པ་སྟོབ་དཔོན་རྩོམ་སྐྱུ་སྟེ་རྒྱལ་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། བོད་  
ཀྱི་ཞུས་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙ་བ་དག་སྟོང་བརྟེན་ཅིག་རྩེ་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་བསྐྱུར་  
ཅིང་ཞུས་ཆེན་བགྱིས་དེ་གཏན་ལ་སྦབ་པའོ། ། །

སྐར་སྐར་པ། ཀུན་མཁྱེན་སྐར་པའི་སེཌ་མི་ཡམ་རྗེའི། །ལེགས་གསུངས་མཆན་  
འགྲེལ་དེས་ལེགས་ཐེམ་སྒྲས་འདི། །སྟོ་གསལ་ཁུང་རུར་འཆད་ལ་དགའ་བ་  
ནམས། །འཐུག་ཕྱིར་དད་བརྩོན་དྲག་པོས་ལེགས་པར་བསྐྱེབས། །དེ་ལས་  
ཐུང་པའི་དག་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ། །ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་རྒྱས་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་

བསྟོ། །བསྟན་པའི་ཅུ་བ་དམ་ཚེས་འདུལ་བའི་སྟེ། །སྟོགས་དུས་གནས་སྐབས་  
ཀུན་ཏུ་དར་རྒྱས་ཤོག། །ཅེས་པའང་སྤྲོ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཕྱག་མཚན་  
ཉམས་མེད་ཀ་ཐོག་མ་ཐན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་འཁྱོར་ལྡན་དང་། རུས་ལྡན་  
རྣམ་གཉིས་ནས་ཞལ་བཤུས་དཀྱུས་སུ་འཛུང་བར་གྱུ་བ་པའི་ཆེ་མགོ་བཤམས་  
རྣམས་ཚེས་ཀྱི་སྟོ་གོས་བས་བྲིས་པའོ། ། །

༥ ཇོ་སྟེ། །ཐུབ་དབང་ཉི་མ་ཤུ་སྟེ་ཡི། །བསྟན་པའི་གཞི་མ་ཚེས་འདུལ་  
རིན་པོ་ཆེ། །འདི་ཡོད་པས་ན་ཐར་པ་བདེ་བླག་རྟེན། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ཀུན་  
གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས། །འདུལ་ལུང་སྟེ་བཞིའི་ཅུ་བ་སོ་སོར་ཐར། །རྟོན་པའི་  
རྒྱལ་ཚབ་ཉིད་དུ་བདེན་སྟེ་སྟེ། །བཀའ་རྒྱལ་སྟེ་པ་ཀུན་གྱི་གཙུག་གི་ནོར། །  
འདི་འཛིན་པ་དེ་དག་བཅོམ་གནས་བརྟན་དངོས། །འཕགས་ཡུལ་དགོངས་  
འགྲེལ་ཡོན་ཤུག་རྣམ་གཉིས་ཞེས། །ཉི་ཟླ་ལྟར་བསྟགས་སྟོབ་དཔོན་གྱ་ཏ་  
ཡི། །བསྟན་བཅོས་མདོ་ཅུ་རྣམ་པར་བཀའ་བའི་མཚན། །མི་པམ་སྟོ་གོས་  
དྲི་མ་མེད་པའི་གསུངས། །རྟོགས་ལྡན་ཚེས་སྟོན་སྟེ་ཀྱི་འཕྱུལ་ཆེན་འདི། །  
དབལ་ཡུལ་གྱུ་བ་དབང་བསྐྱེད་མཚན་འཆང་བས། །ཐུགས་བསྐྱེད་ཀྱ་མ་ལ་  
ལྟར་དཀར་བས་བཞེངས། །ལེགས་བྱས་ལྟ་ལམ་ཡངས་པའི་རྟེན་སུ་འགོ། །  
འདི་མཐུས་བསྟན་འཛིན་སྟེ་རྣམས་ཞབས་བད་བརྟན། །བསྟན་པའི་ཚེས་  
འདུལ་སྟེ་མཐའི་བར་དུ་གནས། །རྣམ་དག་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་མའི་གོས་  
འཆང་བས། །འཇམ་གྱིང་ཀུན་ཏུ་ཐུབ་ཅིང་རྒྱས་པར་ཤོག། །ཅེས་པའི་བར་

བྱང་སྒོན་ཚིག་འདི་འང་སྒྲ་མ་ཞིང་སྒྲིང་ནས་བསྐྱུལ་ངོར་མཁྱེན་བཙུའི་དབང་  
པོའི་བྱིན་རླབས་ཀྱི་ཆ་གས་ཐོབ་པ་སྒོ་གོས་བྱུ་མཚོས་སྒྲིས་པ་སྐྱེ་བུ་མཛྲ་ལྟོ། །



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྒྱལ་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འདྲར་  
བཀོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཁྱབ་སློ་འདོན་པ། ཆམ་ཁྱིམ་སློ་གྲོས། ཆོས་དབྱིངས་ཉིམ།  
གཙུག་རྒྱུག་པ། གང་བསམ་ལྟན་གྲུབ། སློན་ལམ་རྒྱ་མཚོ།  
གཞུང་ལས་དོད་མ་པ། ཆོས་ཀྱི་ཉིམ། ཤོང་འདས།  
ཁུ་དག་པ། རྒྱུ་པ། མེད་གེ་བཟང་པོ།  
ཡིག་རྒྱུག་པ། དེ་སྒྲོང་འཛིགས་མེད་བཤད་རྒྱུ།  
ཞིབ་འབྲེལས་པ། གར་དབང་།  
ཕྱི་ཤོག་མཛེས་བཀོད་པ། ཡིག་རྒྱུག་ཚོ་ཆང་།



༥ རབ་འབྱུངས་ཀྱི་ལ་པའི་སྒྲིག་ཐུག་མེ་ཡམ་རྩེ། ཟབ་ཀྱིས་ལུང་རྟོགས་པ་རྟན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ལྷན་པར་བླ་མེད་མྱ་ལུ་རབ་རྟན་བདག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་ཀྱི་མཚོར་གྲུས་པས་འདུད།

སྒྲིག་སྐྱོས་འགྲོ་བའི་མཐོན་གཅིག་ཡིད་བཞིན་ནོར། ཇལ་གསུང་མེ་ཡམ་མཐོན་པོའི་མཚོན་ཐོས་ཀྱིས།

དགེ་སྒྲོལ་རྒྱུན་ཆབ་བསིལ་བཞིན་ཡང་ཡང་བཟུགས། རྣལ་ལྡན་སྐྱེ་བའི་ཚོགས་སུ་ལེགས་སྐྱེས་སྐྱེལ།

དཔར་བརྒྱན་བཀྲིས་པའི་རྣམ་དག་ར་དག་བདད། འདི་ཚོན་རུས་གསུམ་པས་ག་པའི་དག་ཚོགས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྒྲིབ་སྐྱོལ་ཉིས་རྒྱར་བྱང་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་རྩོགས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེད་ཀྱི་རབ་ལ་ལོག་པའི་ལྷ་རྣལ། རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་ཀྱི་མཚོའི་བྱབ་བདག་

བཀའ་འདྲིན་མཚུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཇལ་སྤོལ་སྐྱེ་བོར་བྱངས་ཏེ། ལྷག་པ་མཇུག་བསྐྱེད་དཀར་

པོ་རྒྱུད་ལ་བཅངས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་མེ་ཡམ་ཀྱི་མཚོའི་གསུང་འབྱུང་དཔར་བརྒྱན་ཞུས་པ་འདིས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱང་འདིར་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་པ་གྲུ་བྱུ་བའི་བརྟན་པ་འཛམ་པོ་ཆེ་ཉན་མའི་རྒྱང་བལྟར་

རྒྱས་ཤིང། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱིས།

བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་བཟང་ཐུག་ལྷ་སྟོན་སྟོན་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་བཅས་ལུལ་རྩུས་སྐྱེ་མ་ཀུན་བཟང་གཞན་པན་སྟོ་ཤོས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་འཇུག་ལྷོ་ཤིམས་

མཐར་ཐྱིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷགས་རྟག་ཡོའི་བྱབ་དཔར་ལྷ་ལས་བབ་པའི་ཚོས་བཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཤོག་མཚོ་གླིང་གྲེ་ལན་ནས་སྐྱེལ་བདག་པོ། ॥ སུམ་མདྲ་ལོ། ॥

ཐུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྐྱེན་རུ་འབྱུང་ཀྱི་ལས། ཚོར་རྒྱར་མེ་ཚོགས་བདག་པོ་ངས་འཇགས་ལུ། ॥

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གིས།།

སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་བརྒྱན་པ་དང་།།

དྲིན་ཅན་བཞི་པོར་ཡར་ལུལ་ཞིང་།།

ངན་སོང་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

གང་གིས་དེ་དག་མཐོང་ཐོས་ནས།།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་དང་།།

ཆེ་འདིར་ཆོས་ལ་རབ་བརྩོན་ནས།།

ཕྱི་མར་དག་ཞིང་སྐྱེ་བར་བསྐྱོའོ། །

# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

《藏文：米滂仁波切文集 第十五冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

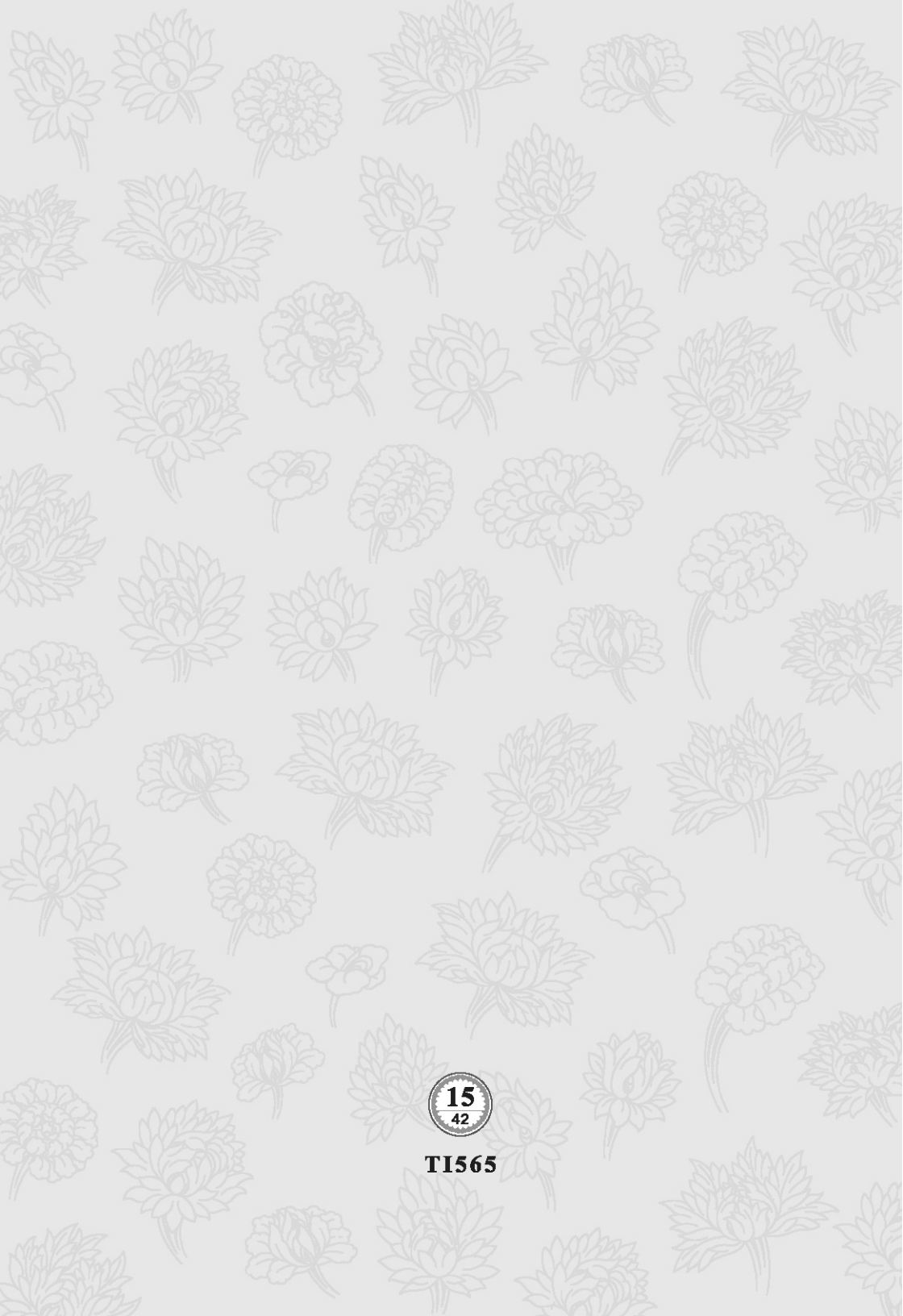
<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚེས་སྤྱི་ནུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་རྒྱུ་རྩིས་ཀྱིས་པ་དགོངས་འཇགས་སྤྱོད།

3000 copies; January 2011

**TI565**



**TI565**